做 中 国 最 具 影 响 力 的 励 志 杂 志



10
五月下 半月刊
2013 总第215期

☆不要碰我 ☆我们为什么越来越重口味 ☆致所有与理想死磕的人 ☆中国式用药

【本期专题】

自嘲式幽默的大智慧

自嘲解忧，亦解尴尬。气氛紧张时，自嘲能化干戈为玉帛；鸦雀无声时，自嘲能使满堂捧腹，消沉默于无形。它既是秀出幽默感的大好时机，又是使氛围轻松的利器。自嘲是自信力的表现，内心强大的人，更懂自嘲。

邮发代号：16-288 定价：4.00元





拍摄二维码下载意林客户端（IOS、Android，请先安装快拍等二维码手机应用）

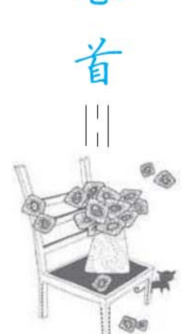






捆住自己的手

□马　德



在饭桌上，曾听得一通高论。

一先生谈及自己练书法的原因，说，只是为了捆绑住自己的手。他说，人的手，总是想要拿些东西的。譬如，看见女人的腰，就想掐一把；看见钱，就想抓一些；看见代表权力的大印，就想据为已有。现在，我让它抓住笔，它就不会想别的了，就会专心致志地潜心于字上。蚯蚓可以钻到很深的地下，就是因为它卸去了所有的手脚，赤条条的，阻碍少了，就钻得深。

众皆惊服。

（**张甫卿**摘自《做人与处世》2013年第6期）



目录 CONTENTS

好看的绿皮杂志
中国发行量最大的学生杂志
中国最具影响力的励志杂志
学生课外阅读首选杂志
看意林 作文好 考名校

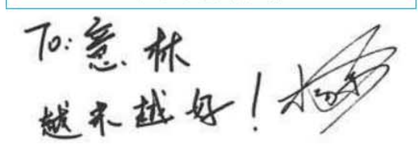
意林®

小故事大智慧·小幽默大道理·小视角大意境

ISSN 国际标准刊号 ISSN1007-3841
CN 国内统一刊号 CN22-1361/I
Code of PostIssue 邮发代号 16-288
（总第215期）
Consultant 顾问 蒋方舟
Director of Editorial Board 编委会主任 张守智
Deputy Director of Editorial Board 编委会副主任 王长元
Sponsor 主办 长春市文学艺术界联合会
Publication 编辑出版 意林杂志社
President 社长 杜 务
Publisher 总编辑 顾 平
Executive Editor in Chief执行主编 蔡 燕
Associate Executive Editor 执行副主编 刘世佳
Editor 编辑 许树平 白云峰 康 宁 邓志娟 黄 磊 杨瑜婷 许之贤 徐 薇 赵添天
Tel. of Editorial Office 编辑部电话 010-51900481
010-51908630-8858
Art Designer 美术编辑 李 倩 岳红波 孔凡雷
Chief Editor of Digital Publishing 数字出版部主编 田晶晶
Magazine Press Address 社址 长春市锦水路1097号
Service Department for Readers 读者服务部 010-51908602
Contribution Address 投稿地址 北京市朝阳区南磨房路37号华腾北搪商务大厦1501室 邮编：100022
E-mail 电子信箱 yilin010@vip.163.com
yilinart@163.com（插画）
Yilin Website 意林网站 www.yilin.net.cn
Yilin Blog 意林博客 blog.sina.com.cn/yilinzazhi
Yilin Microblog 意林微博 http://weibo.com/yilinzazhi
Taobao Mall’s Address of Yilin 意林淘宝商城 http://yllzts.tmall.com
电子版总代龙源网 www.qikan.com.cn
Cooperative Partner 合作伙伴 博看网 www.bookan.com.cn
Print 印刷 辽宁美程在线印刷有限公司
Advertising Agent 广告代理 北京大狗传媒广告有限公司
Advertising Director 广告总监 魏友成
Tel. 电话 010-51908725
Advertising Permit 广告许可证 2201004030068
Distribution Department 发行中心
Executive Director 执行社长 李振红 010-51908535
Marketing Director 营销总监 王俊杰 姜 丽 刘 洋
Customer Manager 客户经理 祁春燕 曾灵芝 孙 静 彭 妮 沈兰娟 方仁霞 吴雪英 陈志云 殷春明 沈洪鑫
Date of Publication 出版日期 上半月 每月10日
下半月 每月25日

一则故事 改变一生

名人读**意林**



——杨紫：演员、出演过《家有儿女》

名师读**意林**

赠"意林"：

意蕴丰赡，文质兼美；

集思汇智，蔚然成林。

山东省东营市第一中学 史本泉

——山东省首批规范化学校
东营市第一中学 史本泉 校长

意林故事

尊敬的编辑：

您好！您辛苦了！

2004年，女儿送给我一本《意林》，多好听的书名呀！我眼前一亮，那绿色的封面一下子把我吸引了。

9个年头过去了，《意林》总是陪伴在我身边，是我的良师益友，是我的亲密朋友，阅读"她"是我生活中重要的一部分，心烦了看看"她"，有困难了看看"她"，烦忧皆烟消云散。我爱上了"她"，"她"将永远伴随着我。

2004年之后，女儿每每放假回家总不忘捎给我一本《意林》。我曾经写过几次《意林》读后感。

在《意林》创刊10周年之际，我还是想再尝试一下，斗胆又写了感言，是我女儿给了我勇气。

我写感言只是为了证明我自己，老有所为，老有所依，《意林》给我平凡的退休生活增添了很多乐趣。"她"是常青树，"她"永远碧绿。真心希望有更多人接近"她"，喜欢上"她"，慢慢爱上"她"，我祝愿"她"越来越"年轻漂亮"。

——陕西省宝鸡市退休职工：张娅君

全球合作媒体

纽约时报、华盛顿邮报、美国读者文摘、华尔街日报、英国金融时报、泰晤士报、卫报、独立报、观察家报、每日电讯报、经济学家杂志、BBC、新加坡联合早报、美联社、路透社、法新社、德新社、日本共同通讯社、韩国东亚日报、日本读卖新闻、朝日新闻、哈佛商业评论

本期封面由全景提供

原创

乡村寓言

□王长元

年节的时候，他都要来到村头的小庙前，为蛇烧上一炷香，嘴里默默念着救命的菩萨！

农夫宝栓得了绝症，怕是没啥指望了，走起路来，腿前后打晃不说，连带着身子都晃晃悠悠。医生暗里和家属做了交代，说喜欢啥就吃点啥吧，后事该预备就预备着，别到了紧要的时候抓瞎。

宝栓对自己也没了希望：针，不打了；药，也不吃了，每天就在屋里死囚着，顶多是傍晌那会儿，趔趔勾勾从屋里出来，嚓啦嚓啦，挪着碎步来到村头的小庙旁，寻个阳光充足的地方，蹲一会儿，晒晒。

这一天，他刚刚在小庙墙根处蹲下来，脑袋还没仰起，便听得旁边的雪堆处，嚓啦一响。他扭过头去，愣住了，咦，竟是一条尺把长的小蛇：黄底儿，黑花，亮亮的脑门上沾了不少雪面子。蹊跷了不是，这季节还能见到这东西？这么想着就从地上拾起根树条，轻轻触碰了一下，噫，它竟吃力地弯了下身子。宝栓心一下就热了，怎么？它还活着。于是他兴奋地把它拾起，缓缓放进袖筒里。

袖筒里，已经挂满了汗泥，又被光杆胳膊磨来磨去，上面就闪出一块块油亮，只有褶皱的地方，才现着衣里本色。本来小风硬硬地吹来，就有些凉意，又好端端放进一条冻蛇来，寒气就越发重了。

要说一点顾虑没有，那是瞎扯，宝栓将蛇放进袖筒的瞬间，他着实犹豫了一下，蛇咬人，哪个不晓得！休说宝栓，怕是三岁的孩子也知道，况且他生在山里，长在山里，蛇的秉性清楚着哩。再说了，《农夫和蛇的故事》上一年级那会儿，老师就讲过，老师说，冻僵的蛇是怜惜不得的，救了它，缓过来是要咬人的，人被咬了，是要中毒的，中了毒，是要死人的……这么凶凶险险的事情，哪有不犹豫的，都犹豫。但是宝栓也仅仅犹豫了那么一下子，立马就坚定了。也是，一个都快要死的人了，还犹豫个啥呀！蛇咬他，是个死，不咬他，也是个死，前后两个死，拿过来比一比，实在看不出是个啥差别，怕是背着抱着一样沉，于是他就坦然了。

袖筒里的蛇遇到了温暖，渐渐苏醒过来，有点像从梦里醒来一样。对它来说，真的是一场噩梦哟。本来，它出生在武夷山的密林里，日子蛮是逍遥的，每日除了领略青山、溪水，再就是在草地上懒懒地晒太阳。倒霉的是那天晒着太阳忽然打了个盹儿，就是这该死的盹儿，使自己变成了捕蛇人手中的猎物。于是，厄运便接踵而来：先是被装进编织袋子运到山下，接着，刺啦刺啦，冷水一顿冲洗，被装进木箱，木箱上了汽车，轰隆轰隆，跑了三天，来到东北一座城市，正当它迷迷糊糊的时候，突然被卸下汽车，咣当一声，被扔进了酒店的玻璃槽子里，于是，它明白了自己的境况。来到酒店的第二天，一个同伴被掌刀师傅拎着脖子去了后厨的时候，机会来了，玻璃槽上方挡板出现了缝隙。正是利用这缝隙，它跑了出来。它先是跑到了城郊，后来又跑到乡村，当它跑到村头小庙的时候，它给冻得昏厥过去。

现在它终于醒了过来，睁眼看了看四周，心里竟犯了嘀咕，这是个啥地方啊！黑洞洞不说，怎么老有一股酸叽叽的汗泥味，仔细一观察，才弄明白，这里竟是一个挂满泥垢的袖筒，那动来动去的东西，不是别的什么，好像就是人的胳膊……立马它便紧张起来了，觉得厄运又要来临，或许又要被抓回扔进玻璃槽里。于是便连忙扭动一下身子，想给逃跑做个准备。不动还好，这一动，才感到身子已经饿得没了丁点力气，像一截软塌塌被水泡了三天的麻绳，略微喘息了一下，它平静下来。当下最紧要的事情，就是要寻觅到一点东西吃。

 请你，担负起对自己的责任来，不但是活着就算了，更要活得热烈而起劲，不要懦弱，更不要别人太多的指引。每一天，活得踏实，将分内的工作，做得尽自己能力之内的完美，就无愧于天地。——三毛

只要吃了东西，就能恢复体力；只有恢复体力，才能逃出这里。可是寻觅了一圈儿，除了袖筒上一块一块黑黑的泥垢，别的还有什么东西？于是，它沮丧地闭上了眼睛。可是，当它再一次睁开眼睛的时候，第一眼便看到了宝栓胳膊上面蓝幽幽凸起的血管，那血管像蚯蚓一样，仿佛正徐徐爬动……几乎没容多想，它一口便咬向蚯蚓。

突然遇到蛇的袭击，宝栓胳膊猛然抖动一下，像有钢针刺进骨缝里一样疼痛。一咬牙，急忙用手捂住了胳膊，顺势倚在了村口一棵老树上，身子缓缓蹲了下来。到了这时，他心里生出几分懊悔，悔自己不该发这份善心，不该救这个害人的东西。狗咬耗子——管闲事了不是！

伤口的血，一丝丝向外渗出，洇湿了袄里，到了后来，袖口的外边，都有些湿润了。

渐渐地，随着胳膊的一丝丝麻木，宝栓的心思逐渐有了转变。他想，真若是被蛇咬上一口，能迅速地了却自己，岂不是一件天大的好事！

自得这病，罪真的没少遭，打针打得胳膊像捂了血一样，青一块紫一块的，密密麻麻的针眼如同筛子眼儿一般。药，吃得更是没了边，有时一碗药下去，肠子像断了一样痛，只有在炕上骨碌骨碌打滚儿来缓解。有时一碗药下去，就几天拉不出屎来，干巴巴蹲在茅房里，一蹲就是个把钟头，膝盖蹲得折了一样不说，拉出的屎球，硬邦邦的如同石子一样坚硬。最可怕的，要数化疗和放疗了，化疗的时候，就像有什么东西伸进五脏六腑，上上下下左左右右搅动，搅得他脑门噼涟噼涟淌汗，嘴唇都给咬得渗出血来。放疗，更可怕，身子如同掉进了魔窟，内里感受，就像有谁点起了炭火一样，用那蓝瓦瓦的火苗一丝一丝烘烤着心、肝、脾、肺……那感觉，真的没法说。

就为这，他曾经多少次想到死，割脉、上吊、撞火车……无论是哪种死法，只要是两眼一闭，就什么痛苦都没有了。有一次，在小南山上，绳子都挂在树杈上了，只要脑袋伸进绳套里，身子朝前一纵，他这一百多斤就彻底利索了。多么省心哪，自己少遭罪不说，家人也跟着少遭心哪。可是，就在脑袋碰着绳套的刹那，他犹豫了，还是把脑袋慢慢缩了回来，身子没有朝前纵。绝不是到了关键的时候，他拉松了，怕死了，而是他害怕这个死法，给家人留下不好的名声。自己死了，倒简单了，两腿一蹬，眼睛一闭。家人哪？别人要怎样说，怎样议论？绝不能为摆脱痛苦，而把麻烦留给家人。那样，他就是真的走了，心里也是不会踏实的……就是被这种想法缠绕着，他至今都没有迈出那一步。

可今天被蛇咬一口，情况就不一样了，就和自杀这类事情搭不上界了。真若是眼睛一闭不再醒来，顶多人们会说，鸡巴个宝栓，大冬天的还能挨蛇咬，该着了不是。这样想来，他有点感激小蛇了，觉得它成了他的救命草。

几乎死了一般，他整整躺了两天，第三天头上，才缓缓睁开了眼睛，立时，他给眼前的一切弄愣了，我这是在哪儿？

家人见他醒来，自然是一片惊喜，便把这几天的事情告诉了他，说他是如何在小庙前被发现的，被发现时他胳膊上如何流着血，后来又是如何将他抬到家里来的，如何给他做着后事准备的……

看看，打狗的干粮都预备好了！老伴说到这里咯咯地笑起来。

宝栓眨了眨眼睛，却露出一脸疑惑，说老伴，你们到底用了什么灵丹妙药，我这一醒来怎么觉得身子清爽多了。

是吗？老伴有点奇怪。

儿子也有点惊讶。

第二天，便把先前的医生又接来了。医生折折腾腾检查一番，更觉得奇怪，问，打什么针了？家人说，没打。问，吃什么药了？家人说，没吃。问，有什么奇怪的事情发生吗？宝栓想了想说，就是前天被毒蛇咬了一口。

毒蛇？医生想了想，眼睛突兀地亮了，说，没准就是这蛇救了你。

蛇？

对！

跟着宝栓就觉得心里有了异样的感觉，感到蛇咬的伤口处刺痒痒的。他想，或许是要长新肉了。

这以后，年节的时候，他都要来到村头的小庙前，为蛇烧上一炷香，嘴里却默默地念着，救命的菩萨！

（图/点点）



问：心情不好怎么办？

神回复：心情不好时就去跟小区的大妈们聊天，一般不出十分钟你就能知道哪栋楼的谁谁比你过得还惨，心情会好很多。

问：跟女朋友处一年了，不知道怎么能让女友安静下来。

神回复：只要说两句话“你是对的。”“买吧。”

人之异于猩猩者几希

□史杰鹏



这回讲一个猩猩的故事。

在古书里，猩猩是种很可爱的动物，它知道人的名字，还会说话，声音像玉磬一样清亮。据李贤注《后汉书》引《南中志》，曾经有人给封溪县令送了一只猩猩，不作观赏用，而是特供食品。县令问："都有些什么食物啊？"猩猩就在笼子里响亮地回答："除了美酒和在下，再没别的。"既温婉，又讲礼貌，更重要的是，视死如归。可惜那时没微博，否则照片一上，很多人会为之洒泪的。

同篇中讲的一个长故事更让人鼻酸。说是猩猩们成群结队在山谷中玩耍，它们喜欢醇酒，还有草鞋。土著们就准备美酒，另草鞋几十双，用长绳连缀在一起，一起放置道旁。但都被树上的猩猩们摄入眼帘，它们乐不可支，大声呼叫土著们先祖的名字，嘲骂侮辱。又呼叫那些设置机关者的名字："奴欲张我？"意思是，下贱货，想设罗网骗我？之后它们吹着口哨，得意地跑了。

但是终究舍不下美酒的甘冽，口水滴答，溅得满树都是，于是折回去，商量道："万一不是设的机关呢？""万一那机关失灵呢？""喝一点点就跑，坏蛋肯定也追咱们不上。"

说服了自己，于是接二连三像秤砣样坠下，捧起酒就喝。本打算尝一点，但欲望从来就像离弦之箭，一发怎么可收拾？渐渐就喝高了，两只脚也伸进了草鞋。土著适时蜂拥而出，猩猩们只能束手就擒，一个接一个被推进笼子，送到了厨房储藏室。这种食物不需要冰箱，也不需从小喂养，多么划算。最主要还是荤的，肉味又极好，远胜过牛羊。《吕氏春秋》和《水经注》里都郑重推荐过，值得信赖。

最有趣的还是吃的时候。人走到笼子边，吆喝道："猩猩，你们可以自己推举一个肥胖的出来。"都省了劳神挑拣，也省了捕捉。猩猩们主动把肥的推到笼门前。人抓住它胳膊，直接抬到厨房去。留下的猩猩抱头痛哭，似乎也知道这样做有悖道德；或者根本想不到这么深远，只是自哀自恸，知道终有轮到自己的那一天罢了。

换作是人，被奴役的一方也未必想得这么深远。而且不如猩猩的是，他们或者还抱着侥幸，以为永远不会轮到自己。

（李乐摘自《杂文选刊》 图/李景山）

你真的准备好养一只狗了吗

□连　岳



几年来，我一直想养狗，始终下不了决心，最接近的一次，朋友家的边境牧羊犬生了小狗，送我的那只已经准备出发，最后我还是决定算了。人与狗，关系很奇特，它是你生活的一部分，而你是它生活的全部，一接受，便永远无法分手，应当慎之又慎。街头那些被抛弃的流浪狗的主人，就是最初没有想到这层关系的严肃性，以为狗除了卖萌，还会自己洗澡，自己挣钱买狗粮，病了还会自己打车去看兽医。

有人把人与宠物的关系移植到爱情当中，带着同情、慈善或拯救的目的去接纳一个人，开始或许有成就感，但这终究不是爱情，持久不了。爱情是两个平等的人交换爱，若一方处于绝对依赖的状态，那就是施舍与乞讨的关系，就是睡在一起，生了孩子，也不是爱情。

（赵静摘自《文苑》2012年第12期）

每一朵玫瑰都有刺，正如每个人的性格里，都有你不能容忍的部分。爱护每一朵玫瑰，并不是要努力地把它的刺根除，只能学习如何不被它的刺刺伤，还有，如何不让自己的刺刺伤别人。——《玫瑰花的哲学》

致所有与理想死磕的人

□潘采夫

上初一的时候，有个同学跟我玩得最好，我们每天一块疯。一天我去他家，看到卧室墙上贴着张纸，写着我们班成绩排名，我第三，他第十几，一个箭头从他名字出发，画了条弧线然后对准了我，我当时太过幼小，对此没有任何反应。一个学期后某天，班主任宣布我这个同学考了全年级五个班总分第一。那个瞬间对我的震撼是空前的，我被一块玩的哥们直接击倒，而且站到一个我望尘莫及的位置。虽然后来他又下来了，但从此“在我心里越发高大起来”。

我还有个同学，也玩得不错，初中全混过去了，考高中才考一百多分，他在我们那个小城没任何背景，他一直硬着头皮挣扎，除了不参加黑社会，其他活全干过，重体力工人，开录像厅，搞传销，给老板开车，拉我一块批发黄片差点被逮住，骑摩托车摔破头没钱包扎，用传销的产品糊到头上。后来帮人办证，再后来，办修车行，办驾校，买车，买房子，再买房子。现在想起来他的苦日子，我还能想起《英雄本色》里的小马哥，那个小城根本配不上他。

还有一个同学，只对数理化感兴趣，小宇宙十分强大，高中把大学的课都自学完了，就是不学政治之类，没考上大学，上了本地一个专科，两年后专升本，两年后上研究生，又三年成理论物理博士，现在快当教授了。



大学时，有个哥们在我们班旁听过，说一口听不懂的方言，毕业后我们各有去处，也不知他在哪里晃荡，一天在北京见他，成了推销员，正在推销奶糖，还让我吃了两颗，然后又没了消息。再过几年，有人说，他后来推销户外广告发了财，开着宝马做生意。

不用再举更多例子了，他们肯定也存在于你的身边。当我一天一天地过日子，我的这些同学，每天都在跟自己死磕。我也常励志，设想如果天天跟自己较劲，肯定能做出很多事，这些事做出来一样能改变中国当代史。但是，在我的人生道路上，遍地都是烂尾楼，因为总不愿把自己置之死地，让自己舒服不是人生理想，却是每天的第一任务，找各种变态的理由灌输给自己，其实心里为根本不去做而自卑。也由此，作为听天由命的人，我对各种特想不开的死磕型人才敬重有加。

我喜欢所有跟梦想死磕的人，这个国度需要评论转发型人才，而埋头死磕型更值得关注，因为他们更有价值。无论是跟政府、时代还是跟命运、自己死磕，只要付出了难以想象的努力，都可称得上有英雄气概。

（吴蕾摘自凤凰网 图/大卫卡森）

大话公务员

领导讲话

中央八项规定出台后，领导对秘书说，把这次的会议讲话材料修改一下，去掉套话、空话、废话、大话，留下实话就行。秘书仔细斟酌推敲，去掉套话500字，去掉空话400字，去掉废话300字，又去掉大话200字。改完后交给领导，领导一看，整篇材料就剩一句话：“会后，请大家到三楼餐厅用餐。”

抛开医生乱开药不说，老百姓爱吃药这事说到底还是一种文化惯性。

中国式用药

□李月亮

德国同事卡尔刚来济南，不大适应寒冷的气候，感冒了，每天坐在办公室里涕泪横流。同事们见他这副模样，都关怀询问：感冒了？吃药没？没吃啊？没吃赶紧吃啊。对这种关怀，卡尔比对气候更不适应，私下里问我：感冒不是依靠自身免疫力就能好吗，也需要吃药？我说理论上不吃药也能好，不过中国人习惯吃点药来缓解症状。

第二天，卡尔到我家做客。我妈见他鼻涕一大把，又有点发烧，也一再劝他吃药，完了还不由分说把大药箱搬出来，找了几种来给他吃。卡尔看我妈那么虚张声势，以为中国的感冒比德国厉害，犹豫着决定吃点。可是拿到药的时候他又想不通了，问我：“一日2至3次，一次1至2片，到底两次还是三次，到底一片还是两片？”我说：“都行，你根据症状自己看着吃就行。”卡尔简直被吓到了，连连摇头：“那怎么行，按最低标准，一天是两片，按最高标准，一天有六片，这怎么吃？”他拿着药盒，研究了足足半个小时，发现了“或遵医嘱”字样，于是决定去医院看看。



在他的概念里，大医院都是要预约，两三个星期才能排到他那种。于是他坚持要去小医院。本来感冒这等小事，我也觉得小医院没问题，就带他去了附近的社区诊所。到了诊所，医生见来了外宾，挺重视，问卡尔：“你想打针还是吃药？”卡尔又不解：你是医生，我应该听你的。医生说：“那打针吧，好得快。”卡尔很听医生的话，留下来打针。可是他很快发现，医生说的打针，不是打针，是输液。他从来没输过液，并且以为要死的人才输液。他瞪大眼睛看着护士给自己吊上瓶子，欲哭无泪。

过了一会儿，来了母女俩，妈妈看样子跟医生挺熟了，进门就问：“输了五天液了，还不见好呢？”医生看了一眼小孩，说：“那今天再换一种，反正咱这儿就这几种抗生素，换着打呗。”

卡尔听得眼睛都直了。医生给他开了三天的药，但是第二天，他死活不再去了。

后来他说，他以前在美国待过，美国人也爱吃药，但是他们不会乱用抗生素，为什么中国人用药这么随便？

我想了半天，告诉他，这也许是中国的医药文化。中国人几千年来都是靠中药治病的，但是中药这个东西范围实在太大了，大枣山楂是中药，大蒜生姜也是中药，我们的日常饮食里，常常不自觉地就有了药。所以中国人并不拿吃药多当回事儿。只是这些年，西药进来了，中国人虽然知道西药副作用大，但这吃药的习惯一时还改不过来，有时候拿西药当中药吃，满不在乎。

我解释了半天，卡尔还是对医生给他打抗生素这件事耿耿于怀，他说：“为什么国际已经明确提出禁止滥用抗生素，中国人还会随便用？而且还给小孩子‘换着打’？”

我说这就跟美国人爱吃麦当劳一样，专家早说了麦当劳里的食物高糖高盐高脂肪，吃多了可能引发肥胖高血压心脏病，但是这一类的快餐店还是顾客盈门，分店开了一家又一家，这是一种人类饮食文化的惯性，也许将来会慢慢改观，但是短时间内，很难扭转。所以抛开医生乱开药不说，老百姓爱吃药这事说到底还是一种文化惯性，跟中国的很多事情一样，说起来谁都知道不对，做起来又都照着不对的去了，要改，还真得慢慢来。

（王一兵摘自《济南时报》2012年12月25日 图/李坤）

 所谓生活就是一半幸福，一半痛苦：一个人之所以幸福，并不是他得天独厚，只是那个人心里想着幸福，为忘记痛苦而努力，为变得幸福而努力，只有这样才能使人真正幸福，反之，再多的幸福也被当成了痛苦。——《十二国记》

不要碰我

□闾丘露薇

接到一个自称师弟的网友私信，让我留意一条微博。原来是一群我的中学师弟，用这样的方式，投诉一名中学老师经常用“检查身体”的名义，对他们进行性侵犯。不过，那是十五年前的事情了，发微博的师弟，已为人父，也因为这样，他决定把这件事情说出来，结果，引发了不少其他师兄师弟的回应。

正好我在做关于儿童性侵犯的专题，手头有女孩子在学校被老师性侵犯的个案，事实上媒体也报道得很多，但是关于男孩子遭到性侵犯的，一是手头没有，二是媒体报道也不多。



我没有转发他们的微博，因为毕竟只是一面之词，而且是网络的身份，既然他们不愿意接受访问，我无法确定真伪。不过这条微博在一天的时间内，就转发了两万多次，第二天，我的母校发表了声明，表示会进行调查和处理，很快，这位老师被解除了聘约。

事情很快就过去了，但是对我来说，觉得很是遗憾，因为这样的事情，在生活中一定不是个案。

我希望这些师弟能够接受访问，因为我不认为这件事情作为一个个案来了结就到此为止了，我希望通过这件被公开的个案，提醒社会这样一个事实：针对儿童的性侵犯是存在的，存在于社会，存在于学校，甚至家庭内，不单单对女孩，还有男孩。

一位来自甘肃的父亲接受了我们的访问，他的女儿，一个小学生，遭到了老师的性侵犯。她不是仅有的一个，到目前为止，愿意站出来指证的，有八个小学生。听这位父亲的讲述，其实准确地说，都是转述，因为他和他的妻子一直在外打工，女儿是由祖父照料，而这件事情，是由祖父打电话告诉他的。

事情被揭发，起源于这个女孩的表妹，她回家向母亲哭诉，在母亲追问之下，才知道女儿害怕，第二天，要轮到自己被老师欺负了。原来这样的事情存在了差不多两年，同学之间早就知道。

女孩的祖父得知之后，第一时间选择了报警，事情才被揭露出来。

采访专家，专家说，其实农村的孩子，成熟得更早，因为虽然性是不能触及的话题，父母也不会教他们，但是他们很早就从大自然那里懂得了很多。只是，他们选择不告诉父母，那是因为，他们心里知道，说出来，会遭到父母的责骂，在农村，这样的事情，往往不是加害者遭到谴责，而是被视为是被害者存在行为问题，说得直白一点，自作自受。

但是这位祖父还有父亲选择报警，并且顽强地要告到底，即便遭到压力，也要让加害者受到法律制裁，专家说，这就是观念的转变。

我问孩子的母亲，有没有教过孩子，女孩子的身体是有隐私部位的，有很多地方是不能碰的，有没有教过孩子，应该如何保护自己？母亲坐在那里叹气，她说她真的很后悔，从来没有说过这些，而现在，事发之后，她告诉女儿，不要和陌生人说话，放了学，早点回家。

其实不能怪这位母亲，这个社会上的成年人，接受过正确的性教育的人又有多少？我算是第一批，从课堂上学习过性知识，那是八十年代中期，上海走出了中国的第一步，在一些中学试点开设生理卫生课，我还记得，一堂课，男女分开，现在回头去想，除了知道了生理期，其他的都是空白。

坐在上海一所小学的课堂上，老师正在给我们示范，给一年级的小朋友上性教育课。老师讲述胎儿生出来的过程，告诉孩子们，生命的珍贵还有喜悦。在四年级的课堂上，孩子们已经可以准确分辨，哪些行为是不当的，比如，不能触碰女生或者男生那些隐私部位，不要轻信陌生人，如果大人和自己有不正确的身体接触，一定要大声地说“不”。

我问一个孩子，说“不”的时候会不会害怕？这个四年级的学生看了我一眼：“不会，这是常识呀。”在她眼中，这个阿姨显然好无知呀。

（聂勇摘自《外滩画报》 图/陈明贵）



大城市里的死与生

□蒋方舟

在国外旅游，印象最深刻的是，在社区周围常常可以看到或大或小的成群墓地，其实也不甚肃穆，很多墓前杂草丛生，但感觉并不恐怖凄凉，反而很自然。我每路过一处墓地，总是进去转一圈，是出于非常自私的目的：在死去的人当中，能非常确凿地感受到自己在活着。

我曾经看过一个建筑设计，德国西部的迪伦镇，镇东部墓园已开放成公共公园，公园的墓地间修了一个咖啡馆，人们在那里或交流或回忆。咖啡馆四周都是反射玻璃，墓地景观投射在玻璃上，生者被逝者包围，两者融为一体，只觉得清新和温柔。

比起西方国家，中国城市却少见墓地。

可能有人会说这属于中西方文化差异，是西方笃信基督教的缘故。可是在东方的日本，东京随处可见没有围墙的一小片墓地。日本的墓地上立着方柱形的石碑，后面还插着象征佛塔的长条木板。曾经看过旅日作家李长声的文章，介绍日本的丧事都由所属的寺庙操办，丧葬费很贵，全国平均大概为14万元人民币，而且墓地不能买，只能租。

我想起中国的坟地。前年年底，我爸打电话，说老家拆迁，把我爷爷奶奶的坟给迁了，赔偿2000块钱，让我在网上发帖反映一下这件事。我爸一向害怕我惹事，这回反倒是我劝他还是忍让算了。活人被拆迁尚且难反抗，更何况死人。

这是在偏远的小城镇，尚容不下墓地，更毋论大城市了。

我第一次有公共悼念的概念，是去年到爱丁堡的某个公园，看到隔几步就有一条长椅，长椅上刻着“纪念我的爱妻/亡父……”字样，这才发现“哀思”这件事不必凄凄惨惨戚戚。死亡为生者提供便利，这事并不晦气。

北京这座城市，除了远郊的八宝山，其他与生死相关的建筑，便只有人民英雄纪念碑，可它除了虚构的威严，并不给人其他任何感受，政治化的死亡属于政治，不属于人。

城市里的人，距离死亡越来越远了。“死”沦为修辞学的意义，而在日益鲜亮现代的城市里，除了冬夜街头偶现的路有冻死骨，死亡已不见其具体体现。

古人以“春秋多佳日，山水有清音”为挽联，天地间的逍遥山水、清流茂林、良辰美景，生者与逝者共享。现在的人，在人死后烧些纸糊的豪宅豪车，以及劣质得可笑的大面额冥币，与其说是为了逝者，倒不如说是为了欺骗自己：死者生活在另一个比三体星还要遥远而未知的世界里。

人是否觉得死亡可怕，在于与它的亲近程度。作家三毛曾经写过自己逃学去坟场读书，因为坟场安静，她写：“世上再没有跟死人做伴更安全的事了，他们都是很温柔的人。”

越逃避死亡，就越恐惧死亡。

一位生活在北京的作家曾经讲述：“在北京，最怕去八宝山那个方向。回老家最害怕看见瘫坐在村口晒太阳的老人和病人。”

小时候，爷爷逝世，我回老家参加他的葬礼。不知出于什么缘故，我始终哭不出来，后来我父亲一把掀开盖在爷爷尸体上的白布，我看着他苍黄瘦削的脸，一下子就哭出来了。这泪水不是出于悲伤，而是出于恐惧。死亡对我来说，因为陌生，所以惊悚。

可是，死亡真的陌生吗？

它在我们周遭每天都发生，缓慢侵蚀着生的力量，生命的虚弱、干涸、消遁一刻不停地发生。生命的短暂与无常，永远如是。可是我们愿意去想光明的生的情景，而逃避着死亡的念头。我们

孩子不幸福的主要原因：培优、上各种辅导班占据了大量玩的时间，每天玩的时间不足两小时；即便不培优，也不知道要玩什么，因为父母没有时间陪伴自己。——武汉三成小朋友在调查中说自己不幸福

擦亮路牌的人

□〔德〕莫妮卡·菲特
译/林素兰



他是一个路牌清洁工，每天早上七点出门，穿着蓝色的工作服和雨鞋，带着蓝色的梯子、桶、刷子、抹布……多年来他都负责同一条路线，以音乐家与作家为名的街区，例如贝多芬大道、肖邦广场、莫扎特路等，清理完这些道路，他的工作就完成了。清洁路牌并不是一件简单的事情，但他是一位认真的工人，他负责的路牌不只干净，而且像新的一样。他喜欢自己的工作、喜欢所有的街道与路牌。

有人问他："生活中有没有什么想要改变的呢？"他大概会回答："我什么都不想改变。"可是有一天他听到一个小孩对他妈妈说："妈妈，这是格卢克路。"他妈妈说："没错，格卢克是一位作曲家，他想出很多新的旋律，这条路就是用他的名字取名的。"清洁工目瞪口呆地望着这一幕，心想："我对格卢克的了解竟比小孩子还少。我每天面对这些人名，却一点也没有概念。我不能再这样下去了。"他决定改变，五点钟一下班，他便骑着脚踏车狂飙，急忙跑回家去。

猜猜看他要做什么。

他开始认识与研究路牌上的音乐家与作家：看报纸查询、听音乐会，他的生活开始改变，从那时候开始，他晚上常常待在客厅听音乐，这些过世已久的音乐家，似乎已经变成他生活中的朋友。认识完这些音乐家后，他决定要认识其他的作家。他决定到图书馆找资料。就这样过了几个星期，清洁工渐渐喜欢上了阅读，虽然有些句子看不懂，但他会一遍又一遍地阅读，直到看懂为止。渐渐地，他与图书馆的人员都越来越熟悉了。他对同事说："可惜呀，我没有早一点开始看书，我错过了好多东西哦。"

渐渐地，当他开始熟悉这些作品后，他会在工作中背诵自己喜欢的文字给自己听。于是他就洗洗路牌吹吹口哨，洗洗路牌念念诗词、说说故事。路人听到的时候，会停下来，目不转睛地望着蓝色梯子上的清洁工，好奇地想着："清洁工？音乐家？作家？"大家的想法都是：有一种人是专门做清洁工作的，叫作工人。另一种则是研究诗歌或音乐的，叫作有学问的人。现在竟然有人可以同时做两件事情，这真是彻底改变了大家的想法。

一年一年过去了，当清洁工研究完所有的书籍后，他也老了。在工作的时候，还是习惯讲一些有关文学与音乐的故事给自己听。那天，清洁工依然对自己讲故事，有一家人就站在蓝色梯子下面，被他的故事所吸引……后来人越来越多。第二天一早，民众就在巴哈路等他，清洁工紧张得不得了，但当他开始擦拭路牌时，又开始讲起故事来。等他擦完最后一个路牌，所有的人为他鼓掌喝彩，口中赞叹不已。但清洁工却不知所措地逃开了。后来听他演讲的人越来越多，他也开始为自己的登场做准备，渐渐地习惯了这一切。

但有一天，他的生活又改变了，电视节目《人物你我他》到现场采访，当电视播出后，他一夕成名。他的生活变得乱七八糟，有人向他要签名，有人邀请他到大学演讲。邮件如雪片般地飞来。可是清洁工决定放弃这大好的机会。"我是平凡的人，"他回信说，"我比较喜欢整天擦路牌。至于演讲，那只是我的消遣而已，我可不想当老师，因为我一定会想念我原来的工作，向您致上我最高的敬意。"于是他就这样始终如一地做一个"路牌清洁工"。

他，不只擦亮了路牌，也擦亮了自己的生命。

（姜恒摘自《擦亮路牌的人》万卷出版公司 图/李坤）

厌恶思考从"死"里获取对于我们的生有价值有意义的东西，把它束缚在压抑的潜意识中。

如何看待死，决定了我们如何看待生。读日本中世纪武士道的原典《叶隐》，有四个字在我脑中一直挥之不去："向死而生。"我想，不以延长寿命为目标的人生，大概会有些不同吧。三岛由纪夫对此的解读我谨记在心："我们汲汲以求生之美的同时，倘若过于倔强于生，我们须了然我们恰可能背离我们的生之大美。"

（栀子摘自《大家》 图/小黑孩）

青蛙之死

□〔美〕弗雷德·尼克斯 译/庞启帆

梦想若不切实际，再努力也徒劳无功。

在纽约市，有一个名叫克拉伦斯的人养了一只宠物青蛙。青蛙的名字叫菲利克斯。

克拉伦斯在邮局上班，过着不咸不淡的生活，他总梦想着发财。一天，他突然来了灵感，对青蛙说："菲利克斯，我们就要成为有钱人了。我准备教你飞行。"

菲利克斯当然被这样的前景吓坏了。它大喊道："我不会飞，你这个疯子！我是一只青蛙，不是金丝雀！"

克拉伦斯对菲利克斯的反应感到很失望。"你的态度真消极。放心，我会送你去上课的。"

接下来的3天，菲利克斯真的去上课了。第一天学习了"问题解决"，第二天学习了"时间管理"，第三天学习了"有效沟通"，都跟飞行没关系。

克拉伦斯决定亲自给菲利克斯上飞行课。第一天，克拉伦斯兴奋极了，而菲利克斯吓得差点尿裤子。克拉伦斯解释说，他们的公寓有15层，每天菲利克斯要从窗户上跳下去，从第一层开始，最终到顶层。每次跳完，菲利克斯要分析它飞得好不好，总结出最有效的飞行技巧，并把改进的技术应用于下次飞行。当训练的高度到达顶楼时，菲利克斯就一定能飞起来了。菲利克斯恳求主人放它一条生路，但主人对它的请求置之不理。"它不明白飞行训练有多重要。唉，它的目光太短浅了。"克拉伦斯心想。

于是，抱着必胜的信念，克拉伦斯打开窗户，把菲利克斯扔了出去。只听"砰"的一声，菲利克斯重重地摔在了地上。

第二天，在上第二次飞行课时，菲利克斯再次恳求它的主人不要把它从窗口扔出去。克拉伦斯从口袋里掏出他那本名为《更有效的管理》的小册子，给菲利克斯念了"人们在引进新的、有创见的项目时必须要预见到阻力"那一部分内容。紧接着，还没等菲利克斯反应过来，克拉伦斯就把它从窗口扔了出去。"砰"！

第三天，训练地点到了4楼。菲利克斯尝试了一个不同的策略：拖延。它说道："你看，主人，今天天气不好，我们不如等到天气好了再飞。您知道，好天气有利于飞行。"

但克拉伦斯已经做好扔它的准备了。他拿出一个时间表，指着第三天的训练计划说："你不想打乱计划，对不对？"

通过3天的训练，菲利克斯明白了一个道理：如果今天不跳，明天就得跳两次。于是，第四天，它非常配合地说道："好啦，开始吧。"随即，它飞出了窗外。

谁也不能说菲利克斯没有尽最大努力。第五天，它疯狂地拍动它的4条腿，但只是徒劳。第六天，它在脖子上系了一块红色斗篷，试图用"超人"的思维来思考。但没有用。第七天，菲利克斯已经接受了它的命运，不再乞求怜悯。它凄然地看着克拉伦斯说："你知道自己正在谋杀我，不是吗？"克拉伦斯完全不为所动："到目前为止，你的表现没有任何进展，也丝毫没有达到我设定的目标。"

菲利克斯没有反驳，而是平静地说："闭嘴。"说完，跳出了窗口，准确无误地对准了楼角的一块大石头。这次，菲利克斯真的飞起来了，一直飞到天堂里去。

克拉伦斯非常难过，因为他的计划完全失败了。同时，他也非常生气。因为当菲利克斯像一袋水泥一样落下时，完全忘记了控制下落的速度，也完全忘记了"落下要更灵巧，而不是更重"的忠告。

看着菲利克斯的尸体，克拉伦斯慢慢回想整个训练的过程，再慢慢分析问题之所在。最后，他笑道："下次，我要找一只聪明点的青蛙。"

（吴平摘自《课堂内外》 图/大俗老张）

付出一点想马上有回报的人，适合做钟点工；如果耐心按月得回报，适合做工薪族；能耐心按年领回报的是职业经理人；能耐心等待3～5年的是投资家；可以耐心等待10～20年的是企业家；能等待50～100年的是教育家；能等候300年的回报就是伟人；能耐心等待3000年才见到效果的就是圣人。——耐心决定境界

原创

Mrs. Thatcher

撒切尔夫人，作为女人

□粮晓燕

玛格丽特·撒切尔，英国历史上迄今为止唯一的一位女首相，且连任三届历时十一年之久。在2002年《最伟大的100名英国人》中，她排名第十六；在2003年《最坏的100名英国人》中，她排名第三。

2013年4月8日，这个叫玛格丽特·撒切尔的“铁娘子”在自己清静的小屋里永远地闭上了眼睛，以此表达她的内心纠结：从此以后，让那些自相矛盾的排名见鬼去吧！站在权力高台上的女人，终究也只是一个女人。

是女人，就会喜欢男人。她喜欢的男人叫丹尼斯，那个叫丹尼斯的男人，在她的眼里，是一个好男人、好丈夫，也是她的好朋友。这个男人，可以卖掉自家公司，一直支持她，自然而骄傲地喊她“老板”。而她对他的回报，除了为他生了一对双胞胎儿女，做得最恒久的一件事情，就是每天亲自为他做早餐。1979年5月后，她贵为首相，为丈夫做早餐这件事也就成了奢望。但她仍然可以找到自己与丹尼斯的亲近方式，那便是：凡是遇到重大的事件，她总要问问他的意见。不隐瞒地说，撒切尔不仅爱丹尼斯，就是在工作中，也是一个以貌取人的女人。她喜欢提拔有魅力的男人幕僚，甚至他们没有什么才干和能力也不要紧。或许，她会在心底说：“男老板可以喜欢漂亮女下属，作为女老板，我为什么不可以喜欢帅气男职员？”而丹尼斯也一定很享受身边这个女人的率真和可爱，不然，在公众面前，在愤怒的示威者面前，丹尼斯是不会奋不顾身地替她挡住如子弹般掷来的鸡蛋



和西红柿，替她承受挥舞的拳头的吧？

女人天生爱美丽。所以，她的日记簿里随时可以找到记有减肥食谱的小纸条。看了这些字条，人们会发现，这个非凡女人的减肥秘诀竟和她本人一样特别和无解：总统就职典礼前，她保持身材不变的绝招，竟然是每周吃28枚鸡蛋；全世界的女人也只有她会言之凿凿地炫耀，每天喝少量威士忌酒，曾让她在两周内减掉18斤肉——82岁那年，撒切尔的“时尚”故事依然在延续。那一年，《时尚》杂志居然找到她当平面模特儿，她欢喜地穿上标志性的蓝色套装，拍了一组照片。照片出来后，她指着照片说：“我脸上有太多褶子了，脖子那儿还有一些暗斑，我们能为此再做点儿什么吗？”面对如此女人如此资深的丽人，那些玩时尚的小屁孩怎能不被折服？她是一个好女人、好妻子和好职员，却也不得不承认，撒切尔夫人不是一个好母亲。她几乎很少腾出时间来陪自己的亲生骨肉，最终，她的长子马克成了有名的花花公子，马克的双胞胎妹妹卡罗尔则是一名记者，热衷于参加真人秀节目。一双儿女，一个远在西班牙，一个没个稳定的落脚处。最紧要的是，两个人都很少来看望她。丈夫丹尼斯过世后，她那栋四层楼的房子里，除了两名护士在照顾她外，再无其他活物。这种落寞和伤痛，一点也不亚于1990年，她前一天还振臂高呼“我要战斗下去，直到胜利为止”，第二天却被迫辞职的情形。

2012年，一部《铁娘子：坚固柔情》拍下了她晚年颤颤巍巍托着病体举步维艰的背影，令世人不禁边看边扼腕叹息：铁娘子原本也是肉做的。

十多年前，撒切尔夫人不幸中风，她不再能读书看报，因为读完一句忘一句，一条新闻还没看完就忘了开头。老年痴呆严重的她，经常会忘记丈夫已死这回事。她的耳边，只有丹尼斯的声音时时在回响，眼里也只有丹尼斯的身影时时出没，似在不在。但她的面容依然姣好、清洁，眼神依旧坚毅、向上，风范不减，直到2013年4月8日，她在清晨、在一尘不染的春光里，驾鹤西去。

现在，这个女人终于彻底远离了政治、远离了喧嚣的世界，回归为一个纯粹而宁静的女人。祝福这个女人吧，在天堂里，或许，美人又可以和在会场涂鸦的美国前总统里根继续逗趣，然后，放声大笑。

（图/孙红岗）



打理你的喜悦感

□米 青

听朋友讲到一件事，很有意思。她去参观孩子同学家，发现她家里很特别，不是豪华，而是每一件东西都好像受到了很好的照顾，都有喜悦感。这话引起了我的兴趣。她举例子讲，比如说小到一棵植物，会连叶片都是干干净净的，错落有致，摆在阳光下，好像跳舞的感觉。再比如一个孩子玩的布娃娃，都是干干净净，被照顾得很好。很多人都喜欢买东西，享受把东西搬回家的感觉，陈列，然后就忘了，大到一个音响，小到一棵植物，懒得去打理。连自己的喜悦感都没有，用的东西更没有喜悦感。



某天，因为办事，很偶然地去了一位有联系但不算熟悉的女人家里，他们两口子属于收入很高的人，但家里实在是，怎么说呢？进去不想多坐一分钟，不是因为房子的大小，而是，因为没有一点生活的痕迹，只感觉到冷。我这类人，比较务虚。家里一定是要有主人痕迹的，哪怕是一块桌布，一副相框。一定是有主人的审美和热爱在里面。国外的很多主妇这方面注意得多。她们走到哪里，一块桌布，一束花儿，一幅手工窗帘是必需的，哪怕在一所破旧的房子里，也能像模像样地喝一顿下午茶。两个字，情绪。

从房子到人，其实是一个道理。曾看过蔡澜说的一个片段，他在墨尔本生活时，认识一位花店女主人，只卖兰花，问何时开始想卖花？哪来的勇气？她笑了：“爱花。爱到执着时。一门心思就有喜悦感。”道理就是那么简单。喜悦，就是理由。

真正让我刮目相看的，不是别人买多贵的VIP用品，而是她怎么对待自己的东西。好友阿奂就是个相当惜物珍重的人，她的东西总有某种喜悦感。

阿奂的钱包用了很多年，保养得特别好，牛皮包每年拿出来上油，经过时间的积累，手感越来越光滑，包包里卡和钱整整齐齐，连家人照片也随着时间在换，阿奂说，十年前三百元的东西抵得上如今三千元的东西。阿奂这样有心惜物的人，任何东西到她手里，都有时间的光泽和喜悦。

女人的包包里都有一本小书，阿奂这样的人当然不例外，不过，她的书都是有书衣的，每次看到她空闲时拿书的动作，轻轻缓缓，都觉得任何东西到她的手上都是如此，品相上佳。在这个只知无节制消耗购物的年代，人变得越来越没有耐心，阿奂倒真是清雅自成一格。

阿奂跟其他女人不一样，她的项链耳环什么的还真不多见。不过手上有一只玉镯戴了很多年，已养得生生翠翠，水绿油亮，我很少见女人像她这样有心，每天晚睡前都要摘下来，用软布蘸水轻轻擦净，她说像人洗澡一下，去掉汗味和杂味，才会清心养人。这只普通的玉镯因了主人的爱惜，如今真的有了灵气，出落得越来越通透，是人养玉的。

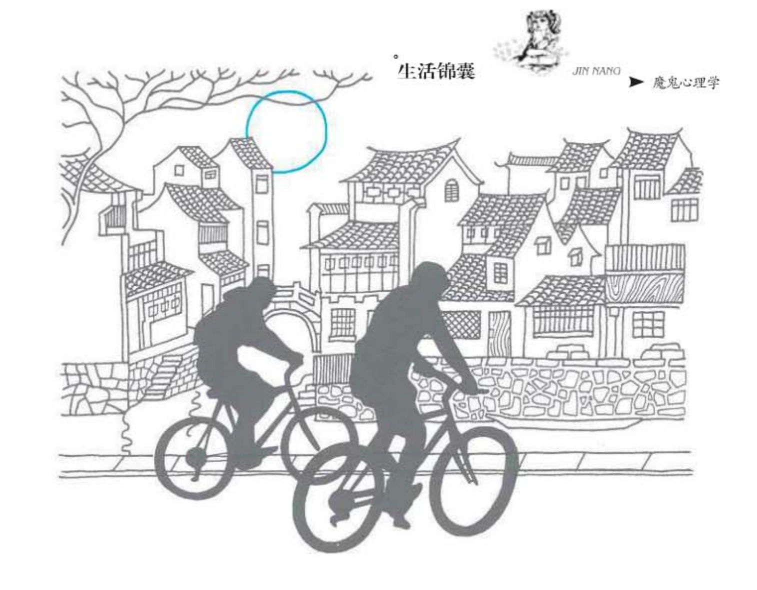
我忍不住想说说一只骨瓷杯子。这是她多年前读大学时一位老师送给她的，她非常爱惜，那个年头的骨瓷可能看相不是特别好，但内质非常不错，不像现在的东西那么花哨，阿奂每次用过后都会把杯子清洗得干干净净，用软布擦干放在阴凉处，搭上罩布，真的像对待一个活物，这只骨瓷杯愣是被她养得晶莹剔透，纹理清晰隐约，像一个古旧的美人，怎么看都与众不同。

还有她的本子。每一个都别致，用完一个换一个，随手记一些生活琐事和笔记，每一本都像纪念册，偶尔有兴致的时候，拿起来与家人一起翻看，变成了一个很好的休闲方式。

她的每一个物件都充满喜悦感。

（毕海鹰摘自《好日子》2013年第5期 图/小黑孩）

 没有麦当劳，肯德基的汉堡不会这么好吃；没有可口可乐，百事可乐也不会这么壮大；没有狮子，羚羊永远也跑不快。——真正激励一个人不断成功的，永远是对手



想要友谊长久，给他找点麻烦

□汤园林

朋友郝亮很够意思，我买房，他二话不说，一下子借了我五万块钱，利息全免。孩子转学，又是他帮忙找学校领导，搞定了繁复的程序。我买罢房手头紧，每次出门，他总是抢着付账。他回老家，带了土特产，不忘送给我尝鲜……时间长了，我心里开始有些忐忑，他这样无条件地对我好，不会是另有所图吧？即使他是真心实意对我好，可我无以为报，总觉得在他面前矮了一截，友情的天平已经渐渐倾斜。

那天，郝亮打电话给我，语气紧急："能不能帮我写份工作总结呀？急要，你知道，我肚子里没几两墨水……"其实，我最讨厌写这类东西，但郝亮说了，我却迫不及待满口答应，加班加点赶了出来。郝亮拿到手中，激动地一把抱住我，连声说："幸亏有你这么个会舞文弄墨的朋友，真没白交！"

奇怪的是，这件事以后，我心里居然大大地松了口气，对郝亮的所有猜测都烟消云散，也不再觉得矮他一截，我们之间的相处又恢复了曾经的融洽。

这让我明白一件事，一味地帮助朋友，只会增加别人的心理负担，偶尔找找对方"麻烦"，会让友情更美好、更持久。

我有一个家住郊区的朋友，我们在一个办公室上班，有段时间，他妻子生病，孩子没人接送，他只能每天提前一小时下班。这样一来，有些工作无法按时完成。朋友有难，我当然要帮，于是，我主动帮他承担了剩余的工作。朋友妻子的病好了，一切恢复正常。对于我的"见义勇为"，朋友非常感激，一直想找机会报答一二。帮朋友忙，当然不需要报答，不过，为了让他心理平衡，我还是提了一点小要求："你要是真想报答，就给我摘点自家种的菜，绿色健康！"此后，朋友每天都会带给我鲜嫩的蔬菜，这些不起眼的蔬菜，让朋友心安理得了不少，我们之间的友情一直良性发展。

说到底，友情就是一个跷跷板，如果只是一方不停地加筹码，另一方却没东西可加，肯定会失去平衡。所以，我们不但需要对朋友伸出援助之手，也需要学会适当找对方一点"麻烦"，让友情始终保持平衡。这是交友之道，也是交际之道。

（徐晓红摘自《合肥日报》 图/连国庆）



作业君

作业君是指拼命写作业的学生。近日，新浪微博上的@作业答案来了非常火，该博主义务为学生转发作业难题并征集答案，基本上在微博转发后的5分钟至10分钟，难题都能得到各路"学霸"们的解答，有些难题甚至被秒杀。该微博因此粉丝数量直线增长，粉丝不仅遍布全国，甚至不少英美意等地的留学生也拜他为师！

职业观众

职业观众是在电视节目中配合现场表演做出超级默契表情的人，他们经常出现在电视谈话类和真人秀节目中，或恰当地鼓掌、举灯牌，或大哭、大笑，为活跃现场气氛做出贡献。这些人多是大学生，日薪大概50元起，形象好、表情生动、卖力的最高可拿到800元。对于电视台来说，使用职业观众源于对节目的不自信，而这些职业观众演得过分则是对节目的伤害。一些观众知晓后感慨自己被骗："相信综艺节目中观众的眼泪，真的是很傻、很天真。"

那个让你变得更好的才是Mr.Right

BETTER

□女 王

去一所高中演讲，跟许多女学生聊到了爱情的话题，很多女生正处于想要谈恋爱或正在恋爱中摸索的年纪，往往有很多两性相处的问题和对爱情的疑惑，我不是一个会阻止年轻女孩谈恋爱的人，但是我希望每个女孩在这个时候所谈的恋爱都是让自己快乐、开心又有所成长的，而不是让自己未来会后悔的。

恋爱本来就要谈得开心，如果一段恋爱、一个人会让你不开心不快乐，那么，又何必谈这场恋爱呢?

说来简单，但是真的陷在一段不健康的感情里，很少有人能够理性地思考。所以许多女孩总是问我一些她们"早已经知道答案"的问题："他很花心，我要怎么改变他？""他原来已经有女朋友了，我该怎么办？""他会有暴力行为或限制我的自由，我要怎么跟他沟通？""我的男友很爱跟我吵架，我还要跟他在一起吗？"其实问问题的人已经知道对方的问题、对方不适合自己，但是她们明知问题点在哪儿，也知道无法改变，那么，为什么要浪费时间在一段不OK的关系里让自己过得不开心呢?

我觉得，如果一段关系并不会让你的生活变得更好、不会让你变得更漂亮、笑起来更美丽，甚至你身边的朋友不会为你开心、为你祝福，那么这段关系一定不会真正长久，就算你花了很



多青春去赌这一把，最后的结果还是会告诉你，当初你的直觉是对的。因为，一个不会让你的生活变得更快乐、不会让你变得更好的人，绝对不是对的人。

我曾经在一部电影里看过一句很棒的话："不是去找一个比较好的人，而要找一个能让你变得更好的人。"我非常认同，我们在寻找相爱的对象，要找一个能够让你变得更好的人，你因为跟他在一起之后，生活变得更丰富、得到更多成长，交到更多好朋友，学有了更多以前没有的兴趣，培养了自己更多专长。他是一个会鼓励你、赞美你，给你支持和力量的人，那么，这才是一个"对"的人。

相反地，很多人的恋爱谈得很悲惨，仿佛在演悲剧女主角，为了男朋友失去了朋友、丢了课业，缩小了自己的生活圈，甚至变得没有自信，没有了对方不能活，到最后甚至失去了自尊和对方在一起，忍受那些不公平不尊重的待遇，只为了谈一场没有营养的恋爱。我只能说，未来分手后，你一定会很后悔当初跟他在一起。

当然，每个人都曾在爱情路上跌过跤、犯过错，不过，聪明的女孩知道错过一次就不会再错，人生不能花太多时间成本在鬼遮眼的爱情上，否则，最后赔上的，也只是你的青春！

找一个能让你变得更好的人，让你更有自信的人，这样的爱情才有益身心，令人心旷神怡！

（刘振摘自台湾《my plUs》杂志 图/宋德禄）



无敌上上签

人生两大谎言：爱你一辈子；这衣服显瘦。

有朋自远方来，没带特产。

我其实是个天使，之所以留在人间，是因为体重的关系。

六神无主的意思是：这花露水是谁的……

提前交卷的唯一原因是周围的人没有利用价值了。

见到帅哥我就一直看一直看，看到我手酸得放下镜子为止！

我觉得邮政就挺好，去年我在网上买了些种子，送来的时候是几盆花。

医生跟IT部门还是挺相似的，凭借"多喝水"以及"你重启一下看看"的唯一技能，就能胜任95%的工作……

 我们需要将来能改变世界的人。——宁夏一名高考落榜生被哈佛录取，并给予全额奖学金。这名学生花了很多精力建立一个公益组织，支援西部教育。哈佛大学对此作出如是解释

大师也是大吃货

□张光芒

对任何人而言，美食都是一种生理需要，更是一种生活情趣，是养生之道，亦是一门艺术。美食不仅深受市井百姓青睐，就是近现代大师，也乐此不疲。他们与美食的不解之缘，也留下了许多趣闻逸事。

章太炎最爱吃的美食，是带有臭气的卤制品。他特别爱好臭腐乳，直臭到满屋掩鼻。有一位画家钱化佛，是章府的常客。一次，钱带来一包紫黑色的臭鸡蛋，章见到此物欣然大悦，他深知钱的来意，就问："你要写什么，只管讲。"当时钱就拿出好几张斗方白纸，每张要写"五族共和"四个字。后来，钱又不断带些奇怪的臭物来：苋菜梗、臭花生、臭冬瓜等，他前后共计得到章的题字一百多张。钱将其裱好，挂在自家店中，以每条十元售出，小赚了一把。



黄侃平生最好美食，他只要得知有某物自己未曾品尝，必千方百计得到，以饱口福，并且为了吃上这些美味佳肴不惜出尽洋相。黄侃是同盟会会员，有一天听说一些相识的同盟会会员在某处聚会，席间有不少好吃的，但没有请他。他知道是因为自己过去曾骂过其中一些人，可是怎奈肚中馋虫作怪，他不请自来。刚一进门，那些人见来的是他，吓了一跳，随后又装作很热情，邀他入座。黄侃心知肚明，二话不说，脱鞋坐下，就挑好的吃。吃完之后，他一边提鞋，一边回头冲他们说："好你们一群王八蛋！"一说完，他就赶紧跑。

傅斯年人称"傅胖子"，由于患高血压，老婆很少让他吃肉。有一天，秘书那廉君正在秘书室吃饭，傅斯年正好来找他。看到那廉君饭盒里放着油汪汪的卤肉和黄焦焦的面包，已三个月不知肉滋味的傅斯年馋坏了，顾不得面子，顿时一个箭步冲上去，一把抓起来塞到嘴里。边吃边满足地乐道："面包夹肉，正是很好的三明治。"秘书被他那滑稽的满手油腻、满嘴嚼肉的馋相逗乐了，但大笑之后又觉得几丝心酸。

梁实秋同样是个爱好美食的人，甚至对吃颇有研究。他很喜欢吃汤包，曾在《雅舍谈吃》一书里这样写道：一笼屉里放七八个包子，连笼屉上桌，热气腾腾，包子底下垫着一块蒸笼布，包子扁扁地塌在蒸笼布上。取食的时候要眼明手疾眼快，抓住包子的作处猛然提起，包子皮骤然下坠，像是被婴儿吮瘪了的乳房一样，趁包子没有破裂赶快放进自己的碟中，轻轻咬破包子皮，把其中的汤汁吸饮下肚，然后再吃包子的空皮。活脱脱一个老饕的形象。

钱钟书曾深情赞美过美食："可口好吃的菜还是值得赞美的。这个世界给人弄得混乱颠倒，到处是摩擦冲突，只有两件最和谐的事物总算是人造的：音乐和烹调。"钱钟书和杨绛在英国留学时，受不了房东的粗劣食物而搬了家。迁居后的第一个早晨，钱钟书亲自做了奶茶和烤面包端到床前，杨绛一跃而起，兴奋不已，看来美食的力量在某些时候真是压倒一切的。杨绛说，钱钟书是一个很懂得吃的人，他喜欢带家人去品尝各种馆子，亲自点菜，而且绝对不会失手，这也可算得上一大本事了。

（**赵雪莲**摘自《文史博览》2013年第1期　图/**大俗老张**）

嘻哈段子铺

唐诗和宋词

唐诗基本可以总结为：田园有宅男，边塞多愤青，咏古伤不起，送别满基情。而宋词基本可以总结为：小资喝花酒，老兵坐床头，知青咏古自助游。皇上宫中愁，剩女宅家里，萝莉嫁王侯，名媛丈夫死得早，妹妹在青楼。

爱情和婚姻

一知名教授下基层调研，问一老农："爱情与婚姻的区别是什么？"老农随口就答："其实很简单：您今天和她睡了，明天还想和她睡，这就是爱情。您今天和她睡了，明天还得和她睡，这就是婚姻。"教授既惭愧又崇敬地望着老农自言自语："多精辟啊，这可是我研究了大半辈子的世纪课题啊！"



我知道他不是故意变成植物人

□东东枪

陈老师44岁那年变成了植物人。吕大夫跟陈老师的爱人黄老师说，不用太难过，只要保证足够的光照，按时浇水，定期修剪，陈老师的生命还能维持很多年。

保证光照，按时浇水，定期修剪，并不难。于是，之后的那些年里，黄老师就每天都让陈老师晒3个小时的太阳，给他浇8杯水，还每月修剪一次枝叶。

陈老师就长得很茁壮，搞得很多植物人家属都来参观，学习经验，大家都说：保养得可真好，从来没见过这么健康的植物人，黄老师你辛苦了。黄老师就把自己的经验都详详细细地告诉他们。

黄老师其实很自豪，虽然也不知道这自豪能换来什么，能换来一个什么人把她做的一大锅排骨吃完吗？

起初，陈老师原先单位的领导还来探望过几次，问黄老师有什么困难没有，黄老师说“没有没有，让您惦记着了”。那几年，逢年过节，领导还会派个人来，送两桶食用油什么的。后来就不来了。

不来就不来吧，黄老师对陈老师说。陈老师什么也不说，还那么茁壮着，安静着。

无聊的时候黄老师就跟陈老师说话，把他们结婚时买的单人沙发摆到了陈老师的床边。她觉得陈老师虽然闭着眼睛看不见，但是一直在听。有时候电视里演《感动中国》什么的，黄老师坐在沙发上看得一把鼻涕一把泪，就用胳膊肘碰碰床上的陈老师，说：“哎，你听见没有？这一家子可够惨的……”

陈老师老不说话，黄老师都习惯了。但偶尔也抱怨，说：“嫁给你真是倒了霉了，还不如块木头呢！”说着就笑了，“你不就是块木头吗……”笑着笑着，就把自个儿给笑哭了。

有个别的几次，黄老师跟陈老师吵了架，指着他鼻子说：“你这样像话吗？你看看你，今年都57岁了知道吗？怎么还老是这么个小孩子脾气？说不理人就不理人？”

任她怎么吵，陈老师也不理她，黄老师就更生气，自己坐在床边掉眼泪，朝陈老师喊：“我都哭成这样儿了，你也不心疼是吗？你倒是来哄哄我啊！”

哭完了，也就好了，第二天继续给陈老师按时浇水。逢年过节时，黄老师把自己打扮得很漂亮，也会把陈老师打扮得很帅气。她会趁着商场促销的时候去给陈老师买衣服、买皮鞋——陈老师喜欢穿那种老式的长长尖尖的黑皮鞋。

回来的时候隔壁的赵主任和老伴正挽着手出门，看见她了，说黄老师，逛街去啦？黄老师就笑着说：“是啊是啊，给陈老师买了双皮鞋。”

黄老师觉得很幸福。

除夕夜，黄老师跟陈老师一起开了个联欢会。黄老师做了满满的一桌菜，有豉椒排骨、白切鸡、芸豆猪手汤。联欢会上的节目全是黄老师一个人表演的，除了几段黄梅戏就都是邓丽君的歌，唱得最好的是那首“绿草苍苍，白雾茫茫”……后来还给当晚的节目都评了奖。得一等奖的是陈老师，节目是哑剧《沉默的植物人》。

听黄老师说，当年她追陈老师时，周围的所有人都不同意，说：“他不就是帅点儿吗？徒有其表，容易轻浮，有什么好的？”年轻的黄老师说：“可我就是喜欢帅的啊，能好多长就好多长吧，其实我也轻浮着呢。”

听黄老师说，陈老师对黄老师可好了。有一年黄老师过生日，陈老师在石家庄出差，竟然没告诉一起出差的领导，偷偷跑回来了。陈老师知道黄老师爱吃烧鸡，还在石家庄买了一只又大又肥的烧鸡回来，放在手提包里，到家才发现把文件都弄油了。

黄老师那时候不知道陈老师会变成植物人，她说没关系，陈老师不是故意的。

就像吕大夫说的那样，陈老师的生命果然又维持了很多年。

那些年，陈老师一直在做一个很长的梦。在那梦里，他和黄老师是两只鸟，每天除了晒太阳和飞翔，剩下的所有时间都在亲嘴儿。在梦里他想：这么逗的梦，等醒了真该跟黄老师好好说说。

（**肖兵**摘自《东东枪的博客》

图/**点点**）

李鸿章栽树与袁世凯拔树

□武宝生

李鸿章多智多谋，城府很深。一天，他在自家的院子里亲手栽下一棵槐树，说了这么一段话：“我此生的最爱莫过于栽树。前人栽树后人乘凉啊！我大清200多年，已成长为一棵枝繁叶茂的大树。但我们不能只知道乘凉，还得栽树。大树要有小树支撑啊！”

袁世凯是一个时时刻刻都想做皇帝的人。一天，袁世凯指着一棵大树，问幕僚们：“你们有谁能拔起这棵大树啊？”幕僚们纷纷摇头：“我们不是鲁智深！”

袁世凯接着说：“鲁智深也拔不起这棵大树！但是，我有办法。什么办法？就是左右不停地摇它。只要将它根部的泥土松动了，不需要拔，来股大风，它就会倒地的！清朝虽然已成一棵老树，但是用猛力还是难以把它拔掉。我现在忽进忽退，忽左忽右，就是在不停地摇晃它！等它根部的泥土松动了，就可以下手拔它了！”

（**青衫客**摘自《羊城晚报》2013年1月30日　图/**孙红岗**）

“意林中国知名中小学文学社联盟”通讯

新的一年，意林将成立“意林中国知名中小学文学社联盟”，携手全国各地中小学文学社，共同展示校园文化。我们将开辟一个崭新的栏目，为所有中小学文学社拉开序幕，展现全国文坛的新生力量。

*只要你们的文学社拥有期刊或报纸，就可与我们互换样刊。

*只要你们的原创文章得到所属文学社的推荐，就可以参与我们文学社联盟的投稿，得到与百万读者见面的机会。

《意林》为各大文学社穿针引线，成立“意林中国知名中小学文学社联盟”，共同寻找新一代文坛势力。

近期加入“意林中国知名中小学文学社联盟”的有：新疆沙雅二中沙枣花文学社、江苏无锡太湖学院青蕙文学社、山西省晋城市高平市第一中学暖风文学社、辽宁省大连市第二十三中瞭望文学社、中央民族大学附属中学彼岸文学社、山东菏泽市第一中学古典文学部、辽宁沈阳市第120中学毓语文学社、安徽淮南二中青墨文学社、辽宁大连市第二十四中学蓝帆文学社、广西南宁市第三中学携手文学社、湖北省武汉市第四十九中学随心文学社、河北武安一中源宇轩文学社、广东省广州市第七十五中学雨花台文学社、广东省阳东县阳东中学东星文学社、浙江省嘉善县高级中学露初晞社团、湖北省襄阳市第二十四中学晨曦文学社、广东省湛江市第四中学紫荆文学社、安徽省铜陵市第一中学秦楚文学社、四川省什邡中学银杏文学社、河南省濮阳市一高雅韬文学社、福建省泉州市安溪县第六小学凤凰花开文学社、浙江省兰溪市第三中学新荷文学社、广东汕头市潮阳第一中学东山青年文学社、广东省揭西县棉湖中学长缨文学社、广西省钦州市第三中学思轩文学社、湖南省平江县第一中学天岳文学社、江西省龙南中学《龙中青年》杂志文学社、湖南省邵东一中桐江文学社、新疆维吾尔自治区昌吉州呼图壁县第一中学心海文学社、浙江省上虞市职业教育中心灵运文学社、广东省饶平凤州中学启帆文学社、山东省昌乐二中首阳山文学社、辽宁省大连市育明高级中学育明人文学社沈阳市第120中学飞扬记者站、山东省泰安宁阳第二中学文学红社、江西赣州于都二中琢玉文学社、贵州省六盘水市第三中学轩宇萌文学、河北沧州沧县中学王者文学社、安徽省太湖中学晴轩文学社、河南省郑州一中心泉文学社、湖南省宁乡县第十三中高级中学校报、河北省邯郸市魏县魏县一中魏依文学社、四川江油长城实验学校雨林文学社、成都艺博文化艺术学校文学社、河南省许昌市第二中学铁西校区文学社、黑龙江省齐齐哈尔市实验中学文学社、河南省泌阳一高墨韵文学社、湖南省郴州市一中麦田文学社、北京市回民学校回声文学社、广东省潮州市瓷都中学绿絮文学社、广东省梅州市五华中学紫金山文学社、广东省普宁市新世界中英文学校青春直航文学社、海南省文昌中学紫贝文学社、黑龙江省哈尔滨工业大学附属中学高中部馨睿文学社、重庆市长寿中学原上草文学社、湖南省岳阳市外国语学校青韵文学社、吉林省永吉县第三十五中学飞鸟文学社、江西任弼时中学禾水河文学社、辽宁省鞍山市华育高级中学花雨季文学社、四川省绵竹市紫岩雨润中学止止文学社、内蒙古兴安盟突泉县第一中学腾飞文学社、四川省都江堰中学都中文学社、山西省忻州市第四中学纪年青春文学社、江苏省泰州职业技术学院揽苣文学社、山东省济宁市第一中学太白文苑文学社、吉林省白城市实验高中三秋阁文学社、河北辛集中学绿地文学社、海南中学溪韵文学社、广东饶平第二中学灵雨文学社、辽宁省朝阳市第一高级中学学生会学习部、山东省梁山韶华中学沃土文学社、浙江省永嘉县第十五中学楠溪江文学社、陕西省铜川市第一中学南校区晨风文学社、北京教科院附中春芽文学社、广东东莞市第十高级中学翼航文学社、四川省达州市铭仁园中学青门文学社、安徽省阜阳市城郊中学绿茵文学社、福建省泉州市第九中学自在文学社、甘肃省民乐县第一中学朝阳文苑文学社、河南省漯河第一中专浅草文学社、甘肃省白银市第一中学心雨文学社、安徽省无为县开城中心学校永安小荷文学社、广西北海市合浦县公馆中学真如文学社、河北省邢台市巨鹿中学启航文学社、辽宁省抚顺市第十高级中学迹熠文学社、山东省实验中学校园心理杂志社、陕西省蒲城县尧山中学星河文学社、四川省雁江一中天空文学社、云南省昆明女子中学韵蕾轩文学社、浙江龙游中学灵蕴文学社。

文学社联盟QQ群：235391645

参与方式：请将贵刊物、文章、联系方式等投至邮箱：

yilinwenxueshe@126.com

QQ：70930202（刘世佳）　1245282790（赵琦）

地址：北京市朝阳区南磨房路37号华腾北搪商务大厦1501室《意林》编辑部“意林中国知名中小学文学社联盟”　邮编：100022

参与时间：即日生效，长期有效

咨询电话：010-51908630-8858

010-51900481　13426361792



> 一支铅笔，一只灵缇犬，或者一堆要洗的脏衣服，会让你的精神振奋，信心百倍吗？读一读文中这些快乐小点子，它们是各行各业人士切身体验与智慧的集合，一定能把你认为灰暗无比的一天变得晴空万里。

快乐，就这么简单

□译/小村之恋

1.学会把日常琐事当作享受。一大堆脏衣服表示你的家人都很勤劳，而接送孩子上下学是个聆听孩子心声的好机会。

——朱迪·雷斯，作家兼“为人父母”网站的创建者

2.乐观主义者和悲观主义者生活在同一个星球，可他们的关注点却不一样，因此就有了不同的心境。你应该多关注那些能带来启迪和灵感的事物，和他人分享快乐，然后问问他们今天遇到了哪些开心事。多接近那些阳光般灿烂的人儿，人生也会如一场欢乐的派对般美妙。

——菲尔·帕克，《通往成功的10件事》一书作者

3.我听到的关于幸福的最佳箴言，是每天花几分钟时间想一想那些能给你带来幸福的事。除此之外，你还要多和那些快乐、积极的人交朋友。

——米歇尔·摩恩，Ultiom内衣时装董事长

4.把一支钢笔或铅笔横着衔在嘴里（像小狗叼着木棍那样），这样你就很自然地露出了一个微笑！当嘴角在微笑时，大脑就会做出反应，认为你是快乐的，你的心情也会随之好起来。

——道恩·沃尔顿，认知催眠治疗师

5.将手里的工作暂停，深呼吸，然后花一分钟关注一下你看到、听到、闻到、品尝到和感受到了什么。此时此刻就尝试一下吧。怎么样？很快你就会感受到无限的生机和它赐予我们的一切。

——吉利安·拉文德，伦敦禅修中心教练

6.如果说有一种东西肯定能让我露出笑容，那就是演了多年的通俗音乐剧。我不是常有时间看音乐剧，但是每天早上8点给孩子做早饭时，我会亮开嗓门跟着诸如《坏女巫》里的唱段《抗拒引力》高歌一曲，每到这时，我那三岁的儿子就会捂上耳朵。这样做能给我带来一天的好心情，他要是也喜欢听就更好了。

——阿里·哈里斯，《终生一吻》一书作者

7.深呼吸吧！用手托住脸，吸气5秒钟，再呼气7秒钟。深呼吸前先在手掌上喷些香水效果会更好。清晨做一次能使你精神振奋，睡前做一次能帮你轻松入眠。

——安博尔·麦金托什，瑜伽教练、“蒲公英宝贝”儿童时装店老板

8.有时候做决定，我经常把所有的可能性都想个遍，于是瞻前顾后，忧虑重重。当我试着不再冥思苦想时，快乐就来到了我的身边。后来我学会了通过直觉来做决定，生活节奏快了起来，我也有了更多的精力，仿佛在与快乐并肩同行。现在每天我都会问自己有没有错过什么。从想得多到想得通，人生就会多一些快乐。

——贝琪·沃尔什，《试着用直觉做事》一书作者

9.我很少受不良情绪的左右。感到低落时，我会分析原因，从孩子对我说的一句粗话，到工作中的困难。有两件事肯定能让我心情好起来：一是美甲，二是美发。有时我还会泡上一杯香茗，一边品着这长寿佳饮，一边给孩子们打电话，向他们表达爱意。要是赶上下雨天，我就抱上暖水袋上床读自己喜欢的书。

——简·温克沃思，“French Sole”女鞋品牌创始人

10.闭上眼睛，想象眼前飘着一只气球，把你所有的焦虑和忧伤都放进气球下面的篮子里，烦恼会跟着气球一起飘走。

——马尔科姆·范登堡，生活顾问、药剂师

11.不要期望在工作与生活之间取得绝对平衡，平均分配工作与其他时间的生活是不可能的。工作的时间是固定的，其余时间可以自由支配。还要明白一点，适合别人的生活方式不一定适合自己。对自己不要过于苛求：能做到“够好了”真的已经够好了。

——费奥娜·塞沃斯，弹性工作专家

（月秋摘自《海外文摘》 图/孙红岗）

 在生活中，没有人能不与别人发生推挤。他不得不以各种方式奋力挤过人群，在冒犯别人的同时，也忍受着别人的冒犯。——托马斯·卡莱尔



离开贬损你的人

□陶思璇

女友夏经朋友介绍，认识某外企高管。听说她最近几年一直单身，那位先生脱口而出："天啊，你是怎么熬过来的？那可怎么熬啊！"接着问："你是怎么被漏下、被剩下的？"夏一阵抓狂，她毫不迟疑地回复他："对不起，我没有被漏下或是剩下，单身是我自主的选择。结果当然是不欢而散。"

我想那位先生未必真的觉得自己高高在上，但他的这些话确实给人以拯救者的嫌疑。很多时候我们想要表达的是A意思，可是我们所选择的词汇、肢体语言却表现出了B甚至C、D等意思，与自己的本意南辕北辙。

造成这种局面有两个可能性：1．嘴上说的、脑子里所想到的是A意思，可潜意识里、内心深处真正的认识则是B意思，我们未经训练的身体在不知情的情况下出卖了自己；2．我们没有认真学习怎样正确使用身体语言，包括语音和语调，不懂如何正确传递情感和情绪。

无论是哪一种言不由衷，结果都会引发误会。我有一位朋友最近刚离异，她对前夫最大的不满就是他的那张嘴，话里话外总是透着对她的轻视。结婚10年，她和我一样很清楚他并非真的轻视她，只是习惯了用负面的词汇来说话。在他看来，就是因为关系亲密所以才会用那些负面的词汇说话。从某种程度上讲，相当一部分人的观念里把认可、称赞等同于客气，而客气意味着疏远。



我朋友说："我用了10年时间来忍受他对我的否定，我最美好的年华都用来听他否定我了，现在我要换一种活法。"

她在一次出国交流的工作过程中结识了一位工程师，西班牙人，每天都把她赞美得鲜花一样。她无法抗拒这种愉悦，毅然选择了离婚，开始和那个西班牙男人拍拖。

生活在都市里读过几本书的人都知道，自信心需要维护和培养。长期生活在批评之中，可以算是一种语言暴力，是一种慢性心理折磨。每个人都有优缺点，而人的注意力是有限的，当我们关注缺点时，就会忽略掉优点部分，反之亦然。说几句赞美、认可的话并不会让自己损失什么，损几句别人也不会为自己增添什么。而赞美会让对方、让自己都更快乐，何乐而不为。

圣人角色会满足虚荣心，却不会带来真正的快乐。每天告诉自己尽量多一点开放的心态，尽量少一些评判、多一些了解，才有机会真正认识和了解这个世界及生活在这个世界上的每一个人，自然也包括了我们自己。同理，如果你的那个TA一直热衷于贬损你，那么毫不犹豫地离开吧，找个爱赞美你、肯定你、衷心爱你的优点也爱你的缺点的人。

（小鱼儿摘自《家人》 图/迟兴成）

诗·画·话 SHI·HUA·HUA 原创

你是我的春消息

□韩逸萌

枝醒黄莺翠，你是我的春消息。你的眉间凝着远山，在春光澄明中秀丽恬淡，一笑一颦都灵动非凡，你的眼波流转，似是春水碧于天，我想撑一只小船，深深沉入，那穹碧湾。

我以为你是精灵降落凡间，要不怎么你一笑，一树一树的花就开了，姹紫嫣红一片，紫的鸢尾，白的玉兰，每一个花蕊里都有你。你的笑意愈加娇艳，一朵樱花的初绽。

那些鹅黄翠绿像你的小乳牙，在我焦急而欣喜的盼望里，终于出现，却又让我感觉那么突然，仿佛一夜之间，萌动的春意，盖地铺天。

你用小小的手指轻点，不经意间就能划出最美的弧线，天的碧蓝，云的柔软，春天的一切新鲜，都跌落在你的指尖。

还有啄着春泥的燕，呢呢喃喃，如你咿呀地学语，每一声轻唤，都拨动我心底最温柔的琴弦。

摇摇摆摆的步伐，稚嫩得惹人爱怜，杨柳的枝条随你旋转，黄莺的歌儿也为你婉转。你走过草地，小草苏醒，你踏过春风，春风变暖，我就跟在你的身后，一步一步，走进春天。

你的乳名含在我的唇间，啜饮时无比甘醇，那样美丽的字眼，呼唤时像去赴一场盛宴，让我置身于花海林间，连呼吸的空气都是香甜。

傍晚的新月是你的嘴角弯弯，长长的睫毛一眨眼，就有一颗星在闪，春夜的温柔像你皮肤的柔软，让我深深迷恋，沉醉其间。

是谁在淘气地哭喊，引来春雷阵阵，我从睡梦中惊醒，擦去你委屈的小雨点，窗外的杏花春雨，正调皮地洒满阶前。你枕在我的臂弯里，听雨入眠，梦中的微笑像水光中浮动的白莲。

宝贝，妈妈的拙笔，写不出人间四月天的永恒诗句，却有着一样浓烈的爱意。生命如同四季的更替，循环往复的岁月里，总有悲喜交错的记忆——

而你，是枝头的新绿，是黄莺声声啼，是我生命长河里永远的春消息。

枝醒黄莺翠



听莺去

□神龙儿

天渐渐暖了，几叠柔风轻轻呵醒柳枝。嫩绿的，淡黄的，皴开一尺新季节，从惊蛰点染到谷雨。最爱在清明时，抓一把湿润的土壤亲近亲近，好香！此时的心便似是开窍的十二孔陶笛，受野草，受老树，受光风，受一切春日气息的鼓动，要激淌出淙淙的流水，叮咚，叮咚……这时，几滴圆润的声息从树丛中蜿蜒漂出——咕咕哩咕咕，咕咕哩咕咕……

走，听莺去！

披轻衫，简装从，踩春泥，洗东风。来到田野，在一丛鹅黄绿的柳树边静静候着。过一会儿，再过一会儿，咕咕的声音开始在柳枝间生发。开始是若有若无的轻鸣，嗓子微紧。我仿佛看见她们欲张还合的小喙，圆钝红润，抑扬着微微颤动的喉嗓。我不动，不言，不寻。善意的平和是鼓励她们的最佳回音。然后，她们放开手脚了，一处两处的叫声沿着柳枝的经脉缓缓跳动。接着，这一只，那一只……是哪个刚刚成熟的小家伙嘹亮的一啼，浇下一树的翠绿气象，柳芽顶掉柳絮，浓绿替了淡绿。

于是，这一枝，那一枝……不一会儿，一树莺声清流汇集，处处是穿梭往来的翅羽。

南朝时有个戴墉，最爱听莺。在百花盛开的好春日，他总喜欢带着“双柑斗酒”去踏青。时人问道：老兄，哪里去？他开心地说：往听黄莺声！古人以莺声下酒，我以莺声洗心。清新悦耳的自然声，最能涤除心中杂染。

翠绿的枝头又响起黄色身影。走，听莺去……

 当你决定创业时，便意味着：1.没有了稳定的收入；2.没有了请假的权利；3.没有了得红包的机会。然而更意味着：1.收入不再受限制；2.时间运用更有效；3.手心向下不求人。想法不同，结果便不同；选择不一样，生活才变样。——马云

选择题

□程 玮

当第一阵来自南方的风吹过来的时候，我就开始启动抵抗花粉过敏的程序了。懒得去找医生开药方，直接就去药店买抗过敏药。想到每年都吃同样的药，开口就让人家给我一个大号包装。免得明年再麻烦。

卖药的女孩子告诉我，我想买的抗过敏药有两种大包装。一种是50粒一盒，一种是100粒一盒。我狠狠地告诉她，100粒。她又补充说，50粒盒装的正在降价，10欧元一盒。而100粒盒装的是正常价格，30欧元一盒。算起来，买前一种盒装，便宜了三分之一的价格。她让我决定一下，到底买哪一种?

我对这个看上去很聪明伶俐的女孩子看了一眼，心里忍不住在暗笑，非此即彼，这个世界上恐怕只有德国人才会问出这样弱智的选择题。我毫不犹豫地回答，这很简单，我买两盒50粒装的。这是个更简单的选择，既达到了我的目的，还省下三分之一的钱。

女孩子显然没有想到，这个选择题还有第三种做法。她愣了一下，有点不好意思地笑起来，然后轻声细语地向我解释说，她不是不想卖给我。只是，眼下正是花粉时节，想买这种药的人很多。为了减轻患者的负担，药店进行了优惠。50粒盒装的吃一个花季正好够了。与其把药在家闲放一年，还不如到明年需要的时候再买……



慢慢地，我听出了她委委婉婉想表达的真实意思。其实她就是想说，这样的优惠，应该让更多的人享受到。我很惭愧地感谢她的提醒，重新回到她的选择题，做了选择。

走出药店的时候，我深深鄙视自己当时灵机一动的小聪明。自我第一，丝毫不为他人着想。这样的思维方式是多么根深蒂固？由此想起中国人在国外代人买奶粉，受到很多商场的抵制。我猜想，在有些地方，并不一定是奶粉供应不足。人们反感的是，那种毫无顾忌搬空货架上所有奶粉，丝毫不为他人着想的行事方式。一个年轻的母亲告诉我，去超市买奶粉的时候，如果货架上只剩两罐奶粉的话，她一定只拿一罐，留下一罐给别人。很可能有个没经验的妈妈，直到用完最后一点奶粉时，气喘吁吁地跑去超市买奶粉。要给别人一个机会。

为他人着想，我们在幼儿园就开始学习的道理。我们是否真的学会了呢？

（**龚宝良**摘自《扬子晚报》 图/**李景山**）

我只爱过一个正当最好年龄的你

□沈从文

一个白日带走了一点青春，日子虽不能毁坏我印象里你所给我的光明，却慢慢地使我不同了。一个女子在诗人的诗中，永远不会老去，但诗人他自己却老去了。我想到这些，我十分犹豫了。生命是太单薄的一种东西，并不比一株花更经得住年月风雨，用对自然倾心的眼，反观人生。使我不能不觉得热情的可珍，而看重人与人凑巧的藤葛。在同一人事上，第二次的凑巧是不会有的。我生平只看过一回满月。我也安慰自己过，我说：我行过许多地方的桥，看过许多次数的云，喝过许多种类的酒，却只爱过一个正当最好年龄的人。

你不会像帝皇，一个月亮可不是这样的，一个月亮不拘听到任何人赞美，不拘这赞美如何不得体，如何不恰当，它不拒绝这些从心中涌出的呐喊，你是我的月亮，你能听一个并不十分聪明的人，用各样声音，各样言语，向你说出各样的感想，而这感想却因为你的存在，如一个光明，照耀到我的生活里而起的

“萑苇”是易折的，“磐石”是难动的，我的生命等于“萑苇”，爱你的心希望它能如“磐石”。

我原以为我是个受得了寂寞的人。现在方明白我们自从在一起后，我就变成一个不能同你离开的人了。三三，想起你，我就忍受不了目前的一切。我想打东西，骂粗话，让冷气吹冻自己全身。我明白我同你离开越远反而越相近。但不成，我得同你在一起，这心才能安静，事也才能做好！

这船已到了柳林岔。我生平还是第一次看到这样好看的地方——千方积雪，高山皆作紫色，疏林绵延三四里，林中皆是



人家的白屋顶。我的船便在这种景致中，快快地在水上跑，什么唐人宋人画都赶不上，看一年也不会厌倦。奇怪的是，本省的画家，从来不知向这么好的景物学习。学校中教员还是用个小瓶插一朵花，放个橘子，在那里虐待学生“写生”，其实是在那里“写死”！

三三，我这时还是想起许多次得罪你的地方，我的眼睛是湿的，模糊了。我先前对你说过：“你生了我的气时，我便特别知道我如何爱你。”我眼睛湿湿地想着你一切的过去！我回来时，我不会使你生气面壁了。我在船上学会了反省，认清楚了自己种种的错处。只有你，方那么懂我并且原谅我。

我就这样一面看水一面想你。我快乐，我想应同你一起快乐；我闷，就想你在我必可以不闷；我同船老板吃饭，我盼望你也在一角吃饭。我至少还得在船上过七个日子，还不把下行的日子计算在内。你说，这七个日子我怎么办？我不能写文章就写信。这只手既然离开了你，也只有这么来折磨它了。

为了只想同你说话，我便钻进被盖中去，闭着眼睛。你听，船那么“呀呀”地响着，它说：“两个人尽管说笑，不必担心那掌舵人。他的职务在看水，他忙着。”船真的“呀呀”地响着。可是我如今同谁去说？我不高兴！

梦里来赶我吧，我的船是黄的。尽管从梦里赶来，沿了我所画的小镇一直向西走。我想和你一同坐在船里，从船口望那一点紫色的小山；我想让一个木筏使你惊讶，因为那木筏上面还种菜；我想要你来使我的手暖和一些。我相信你从这纸上可以听到一种摇橹人的歌声，因为这张纸差不多浸透了好听的歌声！

一切声音皆像冷一般地凝固了，只有船底的声音，轻轻地轻轻地流过去。这声音使你感觉到它，几乎不是耳朵而是想象。这时真静，这时心是透明的，像一切皆深入无间。我在温习你的一切。我称量我的幸运，且计算它，但这无法使我弄清一点点。为了这幸福的自觉，我叹息了。倘若你这时见到我，我就会明白我如何温柔！

一切过去的种种，它的结局皆在把我推到你的身边和心边，你的一切过去也皆把我拉近你的身边和心边。我还要说的话不想让烛光听到，我将吹熄了这支蜡烛，在暗中向空虚去说！

（王芳摘自人人网 图/罗海森）

 相比之下，过去的运动员就显得很单纯，教练要求怎么做就怎么做。现在的孩子，你不仅要教他们怎么做，更要告诉他们为什么要这么做，否则很难真正让他们信服。——中国乒乓球队总教练刘国梁谈90后运动员

美丽的背影

□殷 茹



他清楚地记得那是一个星期六，天气阴沉，他去一个街道办事，前面一个女子的背影吸引了他的视线。

那女子身着天蓝色外套，一头油亮的黑发在脑后盘成了优雅的髻，珍珠在她颈部与耳际闪闪发光。她身材曼妙，一双小巧的手轻盈而自然地摆动着，看起来楚楚动人。

他忘记了自己的目的，像猫一样轻轻跟随着她，闻着她身上散发出来的茉莉花香，心里有一团火焰在燃烧。

他跟着她走过大街，穿过小巷，拐进一条窄窄的弄堂，最后终于在一扇雅致的木门前停了下来。她摸出钥匙准备开门，一缕头发刚好从前额落下来，他仍是看不到她的脸。眼看她就要没进门里，情急之下，他轻轻咳了一声。她似乎被吓了一跳，然后他听到了一声轻微的叹息，仿佛女子对他的心意早已洞晓。

他的心怦怦跳着，看着她慢慢转过身来。

尽管他早有心理准备，还是被她脸上堆积的皱纹吓了一跳。他为自己的莽撞和尴尬感到后悔。

“对不起！”女子一脸的歉意。

“哦，没关系。”他慌乱地附和着，忽然又觉得她的道歉和自己的回答都很奇怪。

“你没做错什么，为什么要向我道歉？”

“你走吧。”她微微笑了，笑得很温和，然后轻轻合上了门。

他站在门外，一脸愕然，其实，他都懂了。

后来，他仍常常想起她和那个昏暗的日子。奇怪的是，他仍然觉得她很美，不仅仅是她的背影。

（乔丽摘自《溧阳时报》

图/宋德禄）



细心的男生

一妹子说，喜欢上一个男生，真只需要1秒钟。有次一个同学请她吃饭，她拿包里的山楂给他吃，当时男生没有把嘴里的口香糖吐到地上，而是拿出兜里的纸巾包好。妹子说，那个礼貌又细心的动作，让她差点儿就沉迷了……如果不是他吃完山楂又掏出纸巾拔出口香糖继续嚼随手把纸巾丢到路边的话。

燃烧的灰烬

初中时，班上有个二货。有次我看到他头上很多头皮屑，便问他是有多少天没洗头了。他很鄙视地说：“你不懂这是智慧的火焰燃烧的灰烬！”

点名

老师正在点名。张三？到！李四？到！王五？到！显然，声音来自同一个人。顿时，教室里气氛凝固到冰点，刘老师一个健步冲向窗台：“王大爷你能等会再指挥倒车吗？”

已知：我爱你，求证：你爱我

□李雨潭



表白在这天到来，显得有些突然。像一桶水满了，开始想要往外溢。

16岁，高一。对一个男孩子的喜欢逼近到无力再独自承担的状态，便忍不住想要来一场清热泻火的表白。

那个炎热的午后，我放弃了午睡，打算到学校去碰碰运气。

他是一个学习用功的少年，担任着我们班的副班长兼物理科代表。现在他应该在教室里对付那些让人焦头烂额的习题。百无聊赖之际，遇上一点儿提神醒脑的刺激，即使对方未必能够给予回应，也许借着教室空旷，正午明亮，无以遮挡，放我光光鲜鲜下台去——至少，不至于让我当场难堪，一败涂地。

带着这样的侥幸心理，我对父母声称有功课要赶，早早去了学校。

真巧，教室里只有两个人，一个是我的同桌，女的；另一个，就是那个我朝思暮想的身影。时钟指向正午12点54分，距上课还有2小时6分。事到临头，我才发现，事实上我并不知道该怎样做，也不知道该说些什么，怎么去说。

我赶紧和女孩召开紧急同桌会议。会议当然是采用笔谈的形式。我刚开宗明义，这场隆重的青春告白就得到同桌的大力支持，她开始充当军师。小字条在我们中间一来一去穿梭传递，最终决定，对于难以言喻的东西，用笔谈的形式是再好不过的。

这是一场什么性质的战争？面上春潮澎湃（虽然我看不见），心中雷声轰鸣（但是我听得到），我倚在同桌身旁绞尽脑汁地冥想，灵光一闪，抓起钢笔，在作业本上"唰唰"写下："已知：我爱你；求证：你爱我。"

天才，简直是太棒了！创意无限，美妙绝伦！我为自己的创意沾沾自喜，沉浸在锻造了一件宝器的自得之中，差点儿忘了要用它去克敌。"时间不多了！"在同桌的催促之下，我匆匆拿起作业本，大步流星地向后排走去，来到他的面前，故作镇定："物理科代表，问你道数学题！"

大概是为了凸显这种语气的反差效应，彰显自己的幽默，或者渴望借助一份造作来削弱这份山雨欲来风满楼的不确定，我故意选择了他的职务作为称谓。抑或，我在那一瞬间，已经丧失了直接交锋、勇敢面对的勇气，连对方的姓名，都不愿提及。

随后，开始等待他的审判，大气也不敢出，更不敢逼视他的眼睛。

他招呼我在他的身旁坐下，不动声色地盯着我写下的问题，识破了我的语言游戏，坏坏微笑，抬头看我："对不起，我是物理科代表，完全不知道怎么做这道数学题。况且，在我看来，这是一个假命题。"

正午的教室好热，电不知道什么时候停了，吊扇停止了转动，我猜得到前排的同桌正竖起耳朵偷听后面的动静。不，我不能接受这样的结局，绝对不能！"啊，是吗？"我抓过作业本，嗯，要第一时间飞奔出去，为失败的告白添上一段仓皇凄美的逃离。忙乱之中，我失手翻开了下一页。啊，感谢我的数学老师，在今天布置了一道这么漂亮的完美命题：已知SA垂直正方形ABCD所在的平面，过A作一个平面AEF垂直SC。平面AEF分别交SB、SD于E、F。求证AF垂直SD。

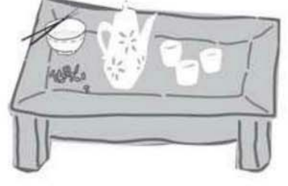
"啊，翻错了，是这道。"我迅速恢复常态，微笑四溢。没想到，这场仗，打到最后才知道，原来是一场自尊保卫战。这回，轮到少年脸红，大概刚才的良好感觉瞬间出窍，有些失落，也有些迷离："啊，今天的作业啊，我刚做出来。"然后他开始一本正经地拿出笔和尺，向我靠近。电来了，风好凉，我们紧紧地偎在一起，像模像样地讨论起一道作图烦琐的几何题。

（邹宇摘自《启迪》 图/张晓芳）

咸淡均味，好坏皆福

□王世虎





1925年秋天，因为战事，已虔心向佛的李叔同滞留在宁波七塔寺。其间，受好友夏丏尊的盛情邀请，去夏家小住了一段时间。相处的日子里，夏丏尊发现，李叔同每次用膳时，都十分朴素，仅仅是一小碗米饭，外加一碟白菜、豆腐之类的素菜和一杯白开水而已。

一天中午，厨房师傅烧饭时把盐放多了，菜咸得令人舌根发麻，众人都难以下咽。然而，李叔同却吃得津津有味，悠然自得，仿佛正在品尝一盘山珍海味似的。夏丏尊实在看不下去了，作为故交，他熟知在出家前，李叔同也曾是个风流倜傥的公子哥儿，过着锦衣玉食的生活。于是关切地问道："一碟腌菜叶，您不觉得太咸吗？一杯白开水，您不觉得太淡吗？"

"非也非也。"李叔同淡淡一笑，"咸，有咸的滋味；淡，有淡的妙处，在我看来，好坏都是福！"

（**汪峰**摘自新浪博客 图/**大俗老张**）

"意林教育精神表述语"征集评选启事

《意林》作为中小学生必备的课外阅读杂志和中国发行量最大的学生杂志，是一本以"一则故事，改变一生"为宗旨，通过"小故事大智慧、小幽默大道理、小视角大意境"，坚守"励志、感动、启迪、提升"办刊理念的有影响力的励志杂志。

秉承《意林》杂志的精神基因，我们决心创办意林教育，实现意林人教育报国的理想。为了使意林教育的价值定位更明晰、精神更准确，现开展"意林教育精神表述语"征集评选活动，恳请广大读者积极参与。

一、评选组织：

成立意林教育精神表述语征集评选活动领导小组，负责活动的组织领导、评选、审定等工作。

领导小组组长：蔡燕 刘世佳 赵琦

领导小组负责活动的具体组织等工作。

二、征集内容：意林教育精神表述语

三、活动时间：

（一）征稿时间：2013年3月21日~5月21日

（二）评选时间：2013年5月22日~31日

四、征稿要求

（一）内容：

把握意林教育应有的定位和使命，反映意林教育应有的独特性。

（二）文字：励志、时代性、简明、精练，字数不超过16字。

（三）应征作品应附不少于150字的释义说明。

五、评选表彰

征集评选活动领导小组将在应征作品中评选出入围应征作品6篇，其中一等奖1名，奖励500元；二等奖2名，奖励300元；三等奖3名，奖励100元；并向获奖者颁发荣誉证书。

六、活动说明

（一）参评作品均须原创作品。

（二）如有相同内容征稿入选，将以最先提交的稿件作为获奖作品。

（三）参与活动请完整填写《意林教育精神表述语征集评选表》（见附件），发送至yilinwenxueshe@126.com邮件主题请注明"意林教育精神表述语"征集评选稿件

附件：

《意林教育精神表述语征集评选表》

姓名：　　　　　联系方式：

序号	表述语	阐释（不少于150字）
1		
2		
3		
4		

【编者按】

自嘲与幽默感息息相关，擅于自嘲，是一种宝贵的能力。调侃自己，活跃气氛，温暖旁人，既然百利而无一害，又何乐而不为呢？自嘲能提亮生活的肤色，改写身边的人际环境，将不愉快都付之一笑，予人欢乐，唇齿留香。不失时机的幽自己一默，展露的是人生智慧与豁达心性，让人莞尔的同时，自己也收获了一份好心情。

为什么自嘲有好处

□Maia Szalavitz

在这常常郁闷、充满不确定的时代，拥有良好的笑能力，特别是自发的，可能是生存所必需的。但人们是否真有幽默自己一把的能力?

加州大学伯克利分校的乌苏拉和苏黎世大学的Willibald Ruch 有史以来第一次在同类研究中研究了70个心理学学生的心理，来衡量他们自嘲的能力。这项发现支持了长期以来的一种看法：自嘲不仅是种独特的品质，而且和乐观的个性、良好的情绪有直接联系，是富有幽默感的基础。



研究中，参与者被要求评价自己的能力，看看自己在困境中的幽默感。测试者还被要求让一或两个朋友来完成对其相同的评估。

当学生们在电脑上填写这些问卷时，相机暗中拍下了他们的脸。然后，用Mac的Photo Booth软件把这些照片处理一下，让他们看起来像游乐园里扭曲的镜像。

随后，参与者被要求排序他们不知道的人的扭曲照片。他们自己的被处理过的照片会被随机插入照片组中，这时实验才真正开始。当研究对象在看到照片时，他们会被拍下他们是否对自己的照片笑了。研究者使用一种情感表达的研究评级制度来分析录像，来看参与者的幽默表情到底有多真。

当80％的受访者看到自己的愚蠢形象时，至少真正笑了一次。然而，那些声称有自嘲能力的人，而且其朋友也做出如此评价，他们真正笑的次数更频繁，也更强烈。

然而，有趣的是，人们对自己的自嘲能力感觉和其朋友的评估有着某种关联，这表明人们要么比他们实际的表现更好或者他们希望以这种方式展示自己。

这项研究发现，人们的自嘲能力和回应别人脸孔的扭曲图像的笑没有关联，这表明了一种现象，当某项特征是与你自己的心情和性格有关的，那要比只是无聊的滑稽图像要好笑得多。这一发现还突出了幽默和谦逊之间的关联。

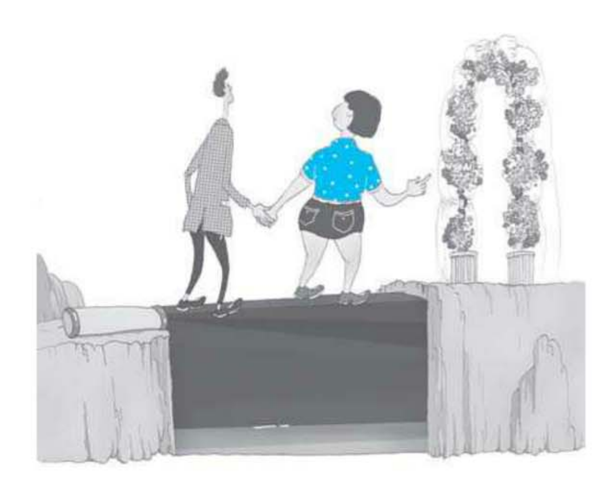
研究发现，参与者会取笑自己的，也往往更加开朗，不会太严肃，在实验的这段日子里能够保持更好的情绪。

虽然研究人的幽默感，可能看起来像一个平凡的追求，但这样的研究对健康有重要意义。笑，微笑和乐观是和更好的整体健康息息相关的。有笑话来源是需要社交技巧的。这种能力在自闭症和精神分裂症等情况里是缺损的。理解了幽默的机制也许可以解释这些情况里到底是什么出了问题。

有时候，我们只是需要小小提醒自己，对身边的一切和自己放轻松。

（林以安摘自《译言网》）

 诺基亚：造纸和胶鞋。三星：卖杂面和面条。索尼：晶体管收音机。夏普：机械铅笔。Twitter：播客。不要在意今天做什么，也不要在意模式，先活下来，有面包才能有理想。——那些曾“不务正业”的巨头们



我的吨位比较重，那些浪推不动我

□逢春阶

2008年2月19日早上，我敬重的肥姐沈殿霞没了。好多人在悼念，都在夸赞她的笑声，艺人同行都在追忆她的坚强。可我要说的是，肥姐走了，世上又少了个具有自嘲能力的自在人。

肥姐给人的第一印象是肥胖。好多人以胖为敌，不但拒绝肥胖，还反感别人说自己肥胖，而肥姐却化“敌”为友，化胖为“优”，胖成了自己表演的优势。一个女性对待自己的身体能这么彻底地自嘲，真不多见。

肥姐被誉为“开心果”，她仿佛就是生而为大家开心的。她主持节目的笑声是爽朗的，那是真笑，笑得天翻地覆，笑得汪洋恣肆，笑得没心没肺，笑得让大家都跟着她笑，没有某些淑女的矜持，没有某些美女的做作，没有某些靓女的病态，那是健康的笑，透明的笑，开怀的笑。正如曾志伟说的，“只要她一笑，全场都笑了”。人间怎么能缺了这样好的笑声，这样好的笑脸呢？而这笑声的根在哪儿？在其心态的大自在。天地之间，多是可笑之人，可笑之事，一笑而百忧尽扫，如风卷残云。

肥姐的嘴功了得！口无遮拦，嘴上不挂锈锁。一开口，先把自己毫不犹豫地摆进去，从不躲闪。香港演艺圈里一些拿主意的事情，都不爱出头，而肥姐一言九鼎，大家都相信她，以前举行筹款义演晚会，每一个捐款的数字都是由她来讲，每次压轴的话也是由她来讲，因为她的话最有代表性，她讲的话大家最认可。她真是个“国际警察”。艺人罗文临终前最想见的就是肥姐，肥姐一直陪伴罗文走到生命尽头；而张国荣有了苦闷就找肥姐帮着排解，自杀前几天，肥姐还跟张国荣喝下午茶，推心置腹地谈心。张国荣在遗书中专门提到要感谢肥姐。肥姐就是身宽体胖的“大姐大”。在是是非非、乌烟瘴气、鱼龙混杂的演艺圈里，像肥姐这样的人真是不多。记得有一年我到山东某地采访，接待方把我和几个大牌歌星安排在同一辆大巴上，我惊讶地发现，车内死气沉沉，歌星之间互相不打招呼，都冷冰冰的，形同路人。难道同行真是冤家吗？我想如果是肥姐在车上，肯定不会是这样的吧。

演艺圈还有个潜规则，就是相逢不问年龄，不问体重，当有的记者问肥姐，四十多年一直在演艺圈的浪尖上，有没有秘诀呀？肥姐笑答：“我的吨位比较重，那些浪推不动我。”一句趣话，证明了肥姐自我嘲笑的能力，林语堂把自我嘲笑能力称为“人类唯一自救的美德”。

林语堂在《苏东坡传》中说：“倘若哲学有何用处，就是能使人自我嘲笑。在动物之中，据我所知，只有人猿能笑，不过即使我们承认此说法，但我信而不疑的是，只有人能嘲笑自己。我不知道我们能否称此种笑为神性的笑。倘若希腊奥林匹亚圣山的神也犯人所犯的错误，也有人具有的弱点，他们一定常常自我嘲笑吧。”林语堂眼中的苏东坡就是个能自嘲的人：“在苏东坡完全松弛下来而精神安然自在之时，他所写的随笔杂记，就具有此种醇甜的诙谐美。他开始在他的随笔里写很多漫谈偶记，既无道德目的，又乏使命作用，却成了最为人喜爱的作品。”具有自嘲能力的人，即大自在之人，这种人自信而乐天，给予这个世界者多，取自这个世界者少。

肥姐的自嘲随时随地，她的大自在便如影随形。她拿着自己说事儿，率真而旷达，自然而活泼，绝没有那些所谓的名媛的做派。我之喜欢肥姐，就是讨厌那种不自在，那种假天真，那种被层层美丽的言辞包裹着的铜臭之气，方巾之气，酸腐之气。1960年作为童星的肥姐出演《一树桃花千朵红》而成名，可惜我没看过这部作品，但我喜欢“一树桃花千朵红”这个名字，肥姐是桃树，花繁叶茂，由她一树承担，风来雨去，不为所动，这全赖根脉的自嘲、自信、自在。

肥姐走了，带走了她的自在，这不仅仅是娱乐圈的损失。我祝愿大家都能从肥姐的笑声里，体味出自在心态，什么时候都别太沉重，心别太累，做个自在人，真诚而有趣味。有时不经意来点儿自嘲，得自在心态，身心舒泰，何乐不为？朋友在春节期间告诉我一句话：“占有就是被占有。”我琢磨了好多天，终有所悟：说这话的应该是个自在人。

（石磊摘自《名人传记》）



测试：你擅于自嘲吗

□编译\Celine

自嘲既可化解尴尬，还能彰显幽默，是人际关系中的润滑剂。不过取笑自己可是需要良好的自我认知和自我尊重的，来看看你是否掌握了这门棘手的艺术吧！

1.你说的笑话没人笑：

●觉得很丢脸，当场脸红

■你安慰自己说，这个笑话确实没那么好笑

▲你下定决心不会再说了

2.心理教练让你列出3个主要缺点：

●你说的时候犹豫不决■你非常顺利地回答了他

▲你说出了5个

3.新来的同事特别能推销自己：

●你很嫉妒　　■你觉得这有点儿悲哀

▲下次有机会你也这么做

4.伴侣发现你有一句口头禅：

●你该用的时候还会用

■你故意整天都说那句口头禅

▲你让他/她下次在你说的时候提醒你避开这句话

5.最拿手的甜点没做好，看起来很不好看，你会对客人说：

● “没事，你们也可以不吃。”

■ “这比我预计的还糟。”

▲ “我从来都没失败过，不知道怎么了。”

6.失败的时候你会说什么？

●意料之中　　■真不走运

▲人总会有输的时候吧

7.在你看来，自嘲也是：

●掩饰真正的缺点　　■操控他人

▲秀自己

8.总体来说，你对事物的敏感度：

●很高　　■适中

▲几乎为零

9.你发现自己被拍摄得很糟糕，你会：

●把它删了　　■你加了点搞笑图说发出来

▲你和家人、好友对此嘲笑一番

10.朋友们在微博上嘲笑你：

●你删了最毒蛇的几句话，以此提醒他们

■你顺应着他们一起说

▲你评出说得最好的几句

11.上司幽默地挖苦你，你会：

●以牙还牙　　■问他/她是否真的这么想

▲强装微笑

12.青少年时期听见被人说“你太没用了”，你会如何回应？

●如果他们真这么想，也没什么

■ “立马收回这句话!”

▲ “注意啊，这是遗传的。”

13.你认为下面哪个动词能概括自信的意义？

●自我接受　　■自我支持

▲自尊自爱

14.面对批评时，清晰的自我认识可以帮助你：

●坦然接受　　■更好地还击

▲从中分析出最中肯的意见

15.你对自嘲的底线是：

●自我贬低　　■没有

▲没想过，还没遇到过

选A最多：你贬低了自己。你的自嘲实际上是自我贬低。你的生理缺点、性格弱点、失败之处……只要涉及自己最不吸引人的地方，你就毫不隐瞒。起初，这会被认为是过度谦虚，或者是一种操控他人的手法，但是事实并非如此。当进入别人视线时，你会感到主动摊牌的需要——强调自己的缺点，主要原因是自尊心弱，缺乏自信，还缺乏自我认知。

如何改变：你应该很难消除内心一直在自我批评的声音，不过，你根本不用费力去遏制，而是任由它发声：你的价值在哪里？你的首要任务是什么？列出它们，根据列出的内容来做决定。另外，你应该开始嘲

问题	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
●	A	B	A	B	C	A	C	B	B	B	B	A	C	A	C
■	C	C	C	C	A	B	B	C	A	A	C	B	A	B	A
▲	B	A	B	A	B	C	A	A	C	C	A	C	B	C	B

 世上最奢侈的人，是肯花时间陪你的人。谁的时间都有价值，把时间分给了你，就等于把自己的世界分给了你。人们总给“爱”添加各种含义，其实就是：有个人，直到最后也没走……——苏芩

我一度是下一任美国总统

□陶　杰



美国前副总统戈尔在他的全球污染讲座中这样自我介绍："我一度是下一任美国总统"，引起一阵笑声。戈尔懂得自嘲，而且利用灵巧的英语：Used to指过去，Next却是未来，一句之中，语法逻辑时空错配，显示了2000年那场美国总统大选的混乱。

自嘲是一门胸襟的学问，因为首先要把"面子"——许多人所误解为的所谓尊严——像一件破衣服一样脱下来扔掉。越有名气的人，越要懂得自嘲，在公众面前先自贬三级，让他们分享所谓名人品牌见惯也寻常的快感。当公众觉得名人也跟他们一样经历过挫折和羞辱的时候，公众就会发笑了，然而那阵笑声不是幸灾乐祸的，而是带着善意和同情的，在自嘲的一刻，名人好像贬斥了自己，公众在笑声中也觉得得到了提升，我降一级，你们大家升一格。就像西斯廷教堂的圆顶壁画《亚当的创造》：上帝在云端俯下身子，伸出手臂，亚当在大地上仰起头，也伸出他的手，父子的食指差一点点就碰到了。这幅巨作的哲理很玄妙：上帝俯下身子，迁就一种很俗世的期待，在画面上他矮了一截，但他还是上帝。

名人如果懂得自嘲，一定是一位哲学家，他会把虚荣、名声视作一片浮云。英国平民革命英雄克伦威尔说："我出巡时，群众对我欢呼，但我在走上绞刑台时，他们也同样喧闹。"只要把那一点点掌声看破，就懂得自嘲了，因为世间的掌声，无论在人山人海的竞选会堂、雕梁画栋的舞台剧院、慷慨激昂的示威街头，还是金杯奖品的运动场上，名人只是一条鱼，浮养在掌声的水里，掌声像潮水，今天升潮，明天也可以降汐，而掌声之上的赞美，也只是一片五彩的浮云。广东人说"崩口人忌崩口碗"，北方人说"别哪壶不开提哪壶"，但是戈尔偏偏这样自我介绍："我一度是下一任美国总统"，他能把创伤无意中掀出来，让大家看。点到即止，一句就够了，再在台上没完没了地控诉美国选举制度之不公，批判布什当政六年之种种罪恶，就太中国式之酸腐了，而酸腐不是一个热爱民主自由的伟大民族的特征。

（微扬摘自《陶杰杂文选》）

笑这个声音，嘲笑它的自以为是，这能让你慢慢开始学会自嘲，和身边可信任的人一起找到你的"乐观"，这样你就能越来越远离内心那个否定的声音。

选B最多：你拒绝自嘲。对你来说，生活是严肃的，你绝对不允许以轻松的方式来对待诸如性格、错误这样重要的问题。每个人都有缺点，为什么要把它们摆上台面，以此为乐呢？可能你的生长环境极度缺乏幽默感，也许因为你的生活经历充满苦痛(物质困难、疾病、亲友离世)，完全没有搞笑的兴致;也许沉重就是你的家庭标记。在遭受他人的讥讽后，你会觉得嘲笑自己的性格或生理的缺陷会极其痛苦。也有可能是因为你对自己的才能过于自信，无法忍受在别人面前暴露自己的不足。

如何改变：成为伍迪·艾伦不是一朝一夕的事，但你可以在日常关系中加入更多轻松元素让自己变得平易近人。嘲笑自己的缺点不会影响自信，相反，这恰恰是充满自信的表现。为什么不列出自己所有的缺点——你不用给别人看这个清单——选出几个你认为身边人都知道的，然后以此开开玩笑，注意观察别人的反应，你可能会发现惊喜。

选C最多：你懂得自嘲。紧张地颤抖、遭遇挫败、体重上涨、喋喋不休……你总是有这么多笑料可以分享给身边的人。对此，你并不烦恼也不害羞，你恰好掌握了平衡，让每个人都感觉自在。如果别人愿意，你也会邀请他们加入嘲笑行列。你很早就明白了一个道理：与其等别人发表荒谬的评论，不如先进行自我批评，成为自己的讽刺家。自嘲关乎心灵的细腻和口才的优雅，因为没什么比通过自嘲来缓解气氛更友爱的了。有可能因为你的父母一直以幽默的态度对待批评和自我批评；或者相反地，是你自己慢慢摸索出了这种巩固自信，让身边的人更为自在的方法。总之，你对自己有足够的了解，知道稍微取笑自己的某些不足就能让对话人顿生好感。不过，遇到极度敏感或是太正经的人，都会让你觉得不快，所以你的灵活和幽默也是有限度的。

（司志政摘自《心理月刊》2013年4月）

原来我非不快乐，
只我一人未发觉。

喜欢他，请叫他林夕

□慕容莲生

梁伟文，这人或许你不熟悉，但是林夕，有几个人不知呢？梁伟文是林夕的原名，那时他年轻，想做填词人，取笔名，恰好书案上有本简体字版《红楼梦》，“林”下一个“夕”字，合成一个“梦”。林夕不是爱做梦的人，只是觉得树林下面有夕阳，意境美妙，便叫“林夕”。

人说，林夕之于流行乐坛，如柳三变之于宋代婉约词。凡有井水处皆能歌柳词，只要曾歌唱过爱情你就一定会和林夕相遇。王菲、张国荣、陈奕迅、黄耀明、杨千嬅……这些星光闪耀的歌者背后都有一个名字：林夕。

正如他还有一个名字是梁伟文，写词的林夕仅是一半林夕。另一半的他，佛珠几乎须臾不离身。林夕信佛，但并不跳出三界外绝了七情六欲，他的爱不比谁少。项上佛珠，心中痴爱，因为懂得，所以慈悲，所以宽容，所以释怀。

林夕年近五旬，孑然一身。他清瘦，面容白净，一副黑框眼镜，笑起来淡淡的，又温暖。

他是父亲第三个妻子的第三个儿子，而父亲是一个即使在吃饭也随时可能暴怒的人。于是这个瘦弱的孩子开始学会逃避，在风中飞速骑车享受令人头晕的快感，嗜烟，离开家，像很多叛逆的香港孩子一样参加乐队，后来填词，有自己的生活方式，自己的天地。这样，一个人，也没有什么不好。

后来，他终于坦然。无论哪种情爱，有当然比没有好，倘若没有倒也不必强求，随缘最好。林夕想用自己的歌词，为那些情路跋涉的人设一盏明灯。就像神农尝百草，尝了滋味是怎样，林夕便把它们写下来，作为一种解药。



林夕以佛理写词，是从王菲开始的。他用“无名分的夫妻”来比喻自己和王菲的惺惺相惜。的确，所有合作过的歌者，林夕和王菲最默契，默契到简直接近冷战。他们很少一起吃饭聊天，从来不沟通。一个随心所欲地写，一个拿来就唱。然后是我们听到《笑忘书》，听到《只爱陌生人》《红豆》《守望麦田》……

在王菲之后，林夕给陈奕迅、黄耀明等人填词，又成功潜咏佛理，以词载道。这使林夕截然不同于其他填词人，当之无愧为华语词坛第一人。

林夕是一个好奇心很强的人。因为很强的好奇心，所以他愿意尝试很多事情。他是填词人，还是专栏作家，是诗人、房地产投资人，还是香港商业电台的创意总监。梁文道说林夕其实还是愤青。他每天看七八份报纸，看到生气处就大骂：“他妈的，太浑蛋了！”

这就是真实的林夕，率真、豪爽。他不喜欢“男儿有泪不轻弹”这句话。他说，眼泪除了是感情的消耗品，有时也是情绪的炫耀品，有人在场，潜意识会哭得痛快些，连哭都没有观众，那就是“将孤独变成了百年的孤寂”。

他每天写歌词用4个小时左右，很少睡觉，大多时间在读书看报。每次进书店都恨不得将所有书都买下来，想了解经济、政治、宇宙、花鸟鱼虫、爱情……包罗万象的知识，还追看日剧和各类影碟，依靠对整个世界保持好奇，提升着自己的境界。

“莫听穿林打叶声，何妨吟啸且徐行。”这是林夕最喜欢的一句词，而他的确已步入这境界。

多年之前，有那么一大段时光他不快乐，后来想开看淡。如他在《观世音》一歌中所写：听心跳放下静如禅，听法句经释然，道理深，道理浅，无常道都不可说，靠你解决。

亦如在《再见二丁目》中所写：“原来我非不快乐，只我一人未发觉。”

而今他发觉了。

（陈之摘自《当代青年》 图/周弘）

 对待生命你不妨大胆冒险一点，因为好歹你要失去它。如果这世界上真有奇迹，那只是努力的另一个名字。生命中最难的阶段不是没有人懂你，而是你不懂你自己。——尼采

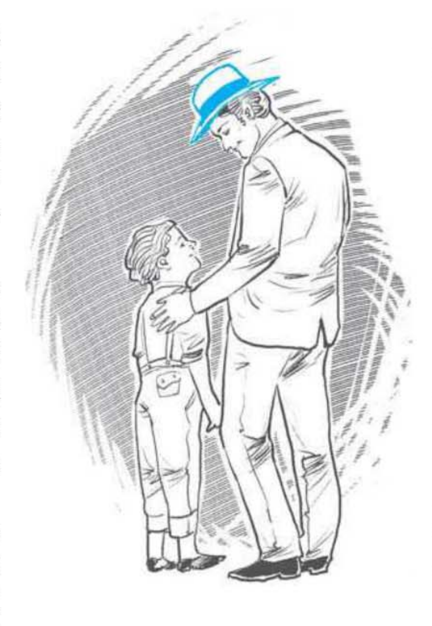
抚摸的语言

□〔美〕麦伦·尤伯格
译/费方利

父母失聪，小男孩的成长伴随着父亲的手语，进入爱与手的生命旅程。

自孩提时起，我一直印象深刻的是父亲会经常抱我，哪怕是没有什么理由，他都会抱着我。在我们这个街区，父亲的这个举动非常引人注意——哪怕是像我这样小的孩子都会发现这点。按照当时社会上的风气，男人是负责养家糊口的。他们不是这些小生命的培育者，这些角色都留给家里的母亲。

每个工作日的早晨，天还未亮，街区里每家每户的父亲们就已经出门去了。这些男人都会带着惺忪睡眼，但大多数人还是迈着紧凑的步子，奔向国王大道的地铁站，从那里，地铁会载着他们到布鲁克林每个上班的地方，再有就是“市里”的单位（布鲁克林人曾经管“曼哈顿”叫“市里”）。在那里，我们的父亲们会从事繁重无聊的“工作”，毫无怨言，因为大萧条还在跟前。如今，“职业”或者工作这一概念，是指“达成理想”，可在当时的他们听来，这简直就像希腊语那样陌生。而“工作”是简单乏味的，只是讲能够挣得薪水、可以把“面包放到餐桌上”的能力而已，另外还有付房租——那就是当时我们父亲每日的任务。



晚饭之前一个小时，街区里的父亲们都会下班回家，他们耷拉着双肩，低着头，腋下还紧紧地夹着《纽约每日新闻》。

女人们则会迎上前来，迎接丈夫下班回来，还时不时地给丈夫汇报一大串孩子们当天有哪些不听话的表现。这些冗长乏味的汇报也许换来的是父亲手里的《纽约每日新闻》重重地拍打在孩子头上——或者更糟。

在以前的那些日子里，在我们这条街上，这些是父亲同他们的孩子唯一的身体接触。

但是我父亲不是这样的。一天的工作结束后，他一看到我就会屈下双膝，紧紧地抱住我，仿佛我是失而复得一样。拥抱完了之后，他还要在一臂之远的地方揽着我，深深地凝视着我，久久地看着。在他的脸上，我能看出一种温和的惊喜，这样的神情我永远也没法理解。我们之间也不交换任何手势。我所需要懂得的是，父亲是多么爱我，我多么喜欢他的双臂抱着我。他说什么，我能听到的就是他抚摸我的语言。

（康康摘自《现代青年》 图/大卫卡森）



20秒护眼法则

也称“20-20-20-20”法，是科学家为让电脑使用者避免双眼疲劳而提出的护眼法则。具体做法为：使用电脑时每隔20分钟后连续眨眼20秒钟，然后再把目光从电脑屏幕移开，看20英尺以外的任何物体20秒钟，就可以避免眼疲劳的问题。多数办公室会保持清凉和干燥的环境，这对人体而言很舒适，但对眼睛则不是。科学家称，坚持运用20秒护眼法则，可以避免眼睛疲劳，保护每个人的“世界之窗”。

电话失忆症

人们常常都有过这样的经历：从通讯录里找到一个朋友的电话，按下拨通键，然后就在对方接电话的那一瞬间，自己竟然叫不上这个朋友的名字，这种现象就叫电话失忆症。

电话失忆症是一种瞬间失忆现象，通常有两种表现形式，一是拨通电话的那一瞬间忘记了对方是谁；二是拨打热线电话的过程中忘记下一步该如何操作，或者忘记自己要做的操作是哪个，结果不得不再把整个提示听一遍，有时甚至还得重新拨一遍热线号码。

大腕的书房

□黄恺杰



从一个人看什么书，拥有什么样的书房，可以窥视到这个人也许有不为人知的另一面。那么，那些名人大腕的书房到底是什么样子的？

“一斗斋”主人莫言：书架上只剩经典

于莫言而言，书房有特殊含义。当电视揭晓2012年诺贝尔文学奖花落谁家时，他静静地坐在高密市南翰林苑阁楼的木椅上。这间阁楼是他平时进行创作的地方，装修非常简单，一张小桌、两张木椅，莫言称之为“一斗斋”。

莫言现在是中国艺术研究院文学院院长，他已经在考虑退休后的生活了：“北京人太多了，城市太喧嚣了，我现在就盼着退休，该叶落归根，高密老家挺好的，亲人都在这里，我的书房也比北京的书房安静。”

莫言有时会在微博上谈到读书，比如重读《儒林外史》。谈到阅读，莫言说，现在的书太多了，但是他基本只读经典。

“我这两年一直在书房里做减法，每年会清理出一批书来送给一些学校，现在把书架清理得只剩100多本书，都是经典。比如说中国几部古典小说，比如说鲁迅、托尔斯泰的作品。我觉得这些书实际上就足够了，因为每次拿起一本书来，还没有读一半就被别的事情打断了，等你下次拿起另外一本书来，又把前面的书忘掉了。我觉得越是经典的书越耐得住重读。”

陈忠实：我还是一个乡下人

凡读过长篇小说《白鹿原》的读者，无不为这部反映陕西渭河平原50年变迁的雄浑史诗所震撼，无不为由此展现中华民族灵魂的现实主义画卷赞叹。

《白鹿原》里有一间白鹿书院，书院里住着朱先生。《白鹿原》的作者陈忠实的住处离陕西省作家协会不远，因而设在这里的办公室就成了他的书房。

南窗的窗台上、墙角边堆满了书，多是朋友、同行的赠书，也有慕名的求教之作。有暇，陈忠实要看一看，有些为之作序，有些评论一番。房中的写字台上也堆满了书，但还是有地方进行写作的。

陈忠实曾著文称每每有人问及他的书斋名，他无以为答，文章结尾所写“原下”和“二府庄”或者“雍村”，只是表示写作地点而已，并不是斋号。

不过对于文章末尾所附的写作地点，竟然没有一次注明城市标志的字样，陈忠实说：“直到此刻，我才顿然醒悟，潜意识里依然亲和着乡村；尽管住在城市也有不少年头了，却拒绝把什么街什么路什么巷作为文章末尾的写作地点，乐于附上什么村什么寨什么庄这些乡村的名字；这种亲和和拒绝的意向，却是潜意识，更是无意识的自然行为。我由此也明白了，我还是一个乡下人。”

金庸：书房看报

总的来说，理想的书房是没有边际的，是个奢侈的追求。武侠小说家金庸的书房有60多平方米，堪称“侠之大者，书房亦大”。

金庸现在每天“黎明即起”，在跑步机上边走边看早晨的新闻，锻炼身体15分钟到20分钟，然后用早餐；上午看报、读书；中午不休息，看看电视；下午有时到写字楼办公室会客，不去的话，就留在家中书房里看书，再就是查资料、做功课。“学习最乐”，他乐此不疲。

李敖：书房找回忆

在关于台湾作家李敖的各种传奇中，他的书房都是不可忽略的标志。传说中那间斗室里堆满了书籍、资料，甚至美女图片，风雅和风月在那里奇妙地并存。

虽然搬到阳明山不过是近几年的事，可是书房里充满了他在台湾60年间的积累与记忆。这里有他的满腹经纶，有他的满心童趣，而这些呈现在客人面前时井井有条的一切，都归功于他的亲手归纳和整理。一向率性的李敖也从不掩饰自己的得意。“上山以后，吹在风里，淋在雨里，飘在云里，活在梦里。”这是李敖描写自己阳明山生活的一段话。

 不要等到了一个笑容，才面露慈善；不要等被爱了，才去爱；不要等寂寞了，才明白朋友的价值。不要等待，因为你不知道等待需要花费多少的时间。

从书房的窗望出去，看到的是风景和朋友。从书房的窗向里望，看到的是主人的悠然与坦诚。人们大多看到他的独行，很少了解他的牵挂，人们总看到他与人斗其乐无穷，却很少看到他在感慨夕阳西下。

梁文道：不看教人发财的书

剑桥英王学院图书馆馆长曾经说，他没有书房，他的家就是书房。梁文道特别认同："我的家里到处放着书，我在狭小的空间看书写字，真的，我的家也就是我的书房。"

梁文道在香港住一个100多平方米的公寓，家里主要的家具就是9个顶天立地的大书柜，此外，其他能用的空间也放满了书。他把书架简单分成几大类，关于历史政治的放了4个，哲学类3个，文学类1个，还有1个放心理学、自然科学方面的书。"还有两处，我妈家也被我霸占了，另外我的办公室里也堆满了书。"

他对收藏书有偏好，一类是古希腊哲学、文化、历史方面的书，一类是关于知识分子的传记，还有一类是研究图书馆、藏书楼的书。"反正除了教人发财的书，我什么书都看。如果可以选择版本的话，我宁可多买旧书，尤其是那些折了角和少了页的书——因为我觉得这些书很可怜。"

汪涵：用仪式亲近书房

"以书会友"，结交爱书之人是湖南卫视当家主持人汪涵创办"培荣书屋"的最重要目的。2009年，汪涵出版了《有味》，与梁文道、白岩松、陈丹青等人一起在北京召开发布会，就说起了四个人要联合做一家书店。后来其他三个人没了信儿，汪涵却把这个一直个埋在心里的想法付诸实施了。

"我对读书有一种敬畏感，"汪涵说，"好的书籍就像夜空中一颗闪亮的明星，你需要抬头仰视。所以我读书的时候总是虔诚，用一种仪式感很强的方式亲近书本，通常我会焚香、放一段舒缓的音乐，再泡一壶清茶，然后开始静静地阅读。"

韩寒：我的书房没有毛片

韩寒的书房也就10平方米大小，书架的一小半是各式头盔和奖杯，书的门类很杂。当被问到是否要先整理一下，免得有什么不适宜曝光的被拍到时，韩寒立刻故作紧张地巡视了两秒钟说："对啊！我得看看有没有毛片。"

（苏生摘自《梅州日报》 图/周弘）



都这么想

我有时候会幻想未来："将来我的儿子或者女儿一定是个漂亮可爱的孩子，听话温顺，聪明活泼，笑起来甜甜的，后面有一大票人追，然后……"我妈淡淡地看了我一眼，扭过头去，"很多年前，我也是这么想的……"

兵不厌诈

"听你老师说，你和班上一个女生谈恋爱是吧？"爸爸平静地问。

我的腿直哆嗦，害怕爸爸逼着我分手，我答不是。

爸爸说："那女孩挺好的，好好努力，争取把她变成我们家的人。不过学习也不能落下，不然以后怎么给人家幸福。"

我感动得流泪："我不会落下学习的，谢谢爸。"

之后，我被一顿毒打，结束了这场恋爱——兵不厌诈啊！

大宝小宝：就是不想去上班

□孙迦南

我们希望任何事都可以用绘本记录和分享下去，直到画到我们变老，想想就觉得有意思。



“大宝小宝”是80后小夫妻陈伟、韩冰对对方的昵称，2010年他们以“大宝小宝”的ID在天涯网站开帖，讲述“两个人不上班——SOHO生活的真相”，记录着有爱生活的小绘本打动了无数读者，他们成为最受欢迎的SOHO生活绘本制作者，出版私人绘本系列《两个人不上班》《就是不想去上班》等。

从白领到SOHO插画师

大学毕业后，大宝小宝两个人一个在图片广告公司工作，一个进入了漫画工作室，一段时间后，他们觉得事业进入瓶颈期，公司已经没有新东西供自己学习，于是萌生换一个新环境继续学习的想法。

经过了一段跌跌撞撞地寻找，两个人决定做自己的SOHO工作室，选择了一条非常规的道路。

SOHO生活并非很多人想象的那样自由风光，这是一个需要不断努力和提升自己的职业，大宝小宝过上了时而月入过万元，时而月入几百元的自由而刺激的生活。

2009年，两个人的插画《琵琶》被澳大利亚弹道出版社的全球插画师年鉴收录。收到祝贺的英文邮件后，小两口翻译了好几遍才确信，高兴后却陷入了思索。追求技术之心得到了满足，但自己真正想画的究竟是什么呢？

私人绘本轰动网络

经过一段时间的沉淀，两个人的创作思想发生了一个很大的变化，从过去的单纯追求技巧，转换为用简单生动、丝毫不能炫耀技巧的小漫画表达自己。

他们爱在漫画中配上生动有趣的文字自述，读起来好像心情日记，大宝的拿手家常菜，小宝的减肥梦想，两个人插科打诨的小日子，灰头土脸的赶稿生活，点点滴滴的人生感悟……他们的小坚持，打动了无数网友，点击量上百万，回帖数十万。

在《生活充满茶包》一章里，被偷了钱包的小宝找大宝哭诉，却被责备粗心大意，难过的小宝气得和大宝大吵；轮到大宝丢钱包后，她故作温柔安慰，心里盘算着“让你知道什么是胸怀什么是情操什么是气度”，被感动得稀里哗啦的大宝以后再遇到小宝丢三落四，也不忍心责备了。

闯荡印度，一路记载

一切都靠自己的SOHO生活，有个小小的福利，就是可以自由地安排自己的时间去游玩。2011年，大宝小宝踏上了前往印度的旅程。

这是一次快乐又充实的旅行，半个多月里，两个人用画笔记载了许许多多趣事。在恒河旁的城市瓦拉纳西，大宝小宝漫步古老的小巷，发现了一家印度酸奶店，店主是一个憨厚的胖小伙，店内墙壁上四处是各国游客用不同文字和图画留下的赞美之词。大宝小宝热心地问店主，要不要让他们也画一幅介绍酸奶的漫画。店主一听，忙快乐地点点头。大宝小宝拿出画笔，没多久就画出了一幅生动的小漫画：几个活灵活现的卡通形象夸奖着酸奶的美味。店主高兴得竖起了大拇指，郑重地将这幅画贴在了小店墙壁的显眼处。

这次旅行让他们创作的视野更为宽广，也让他们越来越喜欢用绘本表达自己的小日子，回国后，大宝小宝将图画进行修改整理，准备完成一本精彩纷呈的印度游记绘本。

点点滴滴的生活碎片在他们笔下，都化作了闪耀着无穷乐趣的图画，就连买菜做饭这些家庭琐事，被他们用漫画方式表达时也是那样妙趣横生。读者常常问：你们会画一辈子绘本吗？大宝小宝不假思索地回答：“我们希望做任何事都可以用绘本记录和分享下去，直到画到我们变老，想想就觉得挺有意思。”

（千千摘自《爱人》 图/陈明贵）

 没有不会谢的花，没有不会退的浪，没有不会暗的光，没有不会好的伤，没有不会停下来的绝望。那么，你在烦恼什么？
——苏打绿



不生病的活法

□近藤大介

樱花、樱花，尽是樱花！

度过了漫长的冬天，东京也终于迎来了它的春天。在日本，樱花等同于春天，也代表着一年的开始。在樱花盛开的4月，学校会迎来入学典礼，公司则会迎来入社仪式。每当看到盛开的樱花，日本人就会觉得自己是真真切切地活着。

几年前，我曾因为太过劳累而住进医院。终于熬到出院的时候，恰逢东京樱花盛开。那时候的我心想，为了能多看几次如此美丽的樱花，我应该怎样做才好呢？

很偶然地，我在书店里发现了一本名为《不生病的活法》的书。这本书是由1935年出生，很年轻便成为医生继而游学美国，在世界上首次操刀了大肠内视镜手术的新谷弘实博士所著，是当时最畅销的图书。在诊断了35万人次的肠胃状况之后，新谷博士发现了长寿之人的胃肠普遍都很洁净这一特点，而能够将肠道清扫干净的物质是“酶”。如果在日常生活中用心去增加肠胃中的“酶”，就不会患癌症，也不会轻易生病，从而延长寿命。

读了这本书我发现，“新谷式健康法”其实很简单。首先，早上起床后打开窗户，进行深呼吸来吸取新鲜的空气。接下来，喝两杯天然水来清洗肠胃。过一小会儿之后吃点儿水果，来促进胃肠中酶的活性化。在酶开始运行之后再进食早餐。

亚洲人受到欧美文化的影响，形成了早餐喝牛奶的习惯，然而在新谷博士的理论中，牛奶对胃肠并不好，它经过高温杀菌之后，能够促进胃肠活性化的营养成分已经消失了。不仅如此，牛奶会在胃中形成一层膜，阻碍营养成分的消化。考虑到这一点，用喝茶来代替牛奶是可以的，但在餐后只喝一杯就可以了。因为如果喝茶过量的话，胃里的消化酶也会被溶解。

到了中午，首先要喝水、吃水果，再用餐。在进食的时候要注意两点：第一，蔬菜类和肉类按85：15的比例进食。这是受亚洲人的牙齿构造影响的，牙齿在进化过程中，迎合人体的需要形成了现有的构造。第二，需要注意的是“食用未经酸化的食物”。所有的食品在接触到空气之后都会酸化。酸化就是食品“生锈”的意思，食用了“生锈”的食物，胃肠的酶会减少并消失。所以，不管蔬菜还是水果都要尽可能吃新鲜的，如果有果皮的话，在剥掉皮之后就应该立刻进食。

到了晚上也一样，晚餐应该注意的是尽量早地用餐，并且在用过晚餐之后不再进食任何食物或饮料。因为给胃肠充分的休息，可以使酶得以增加。顺便说一句，人在饮酒时，体内的酶会像消防员一样全体出动，大量的酶被消耗，所以会“减少酶的储备”。吸烟则会杀死有效酶，更加不可取。在酶的储备渐渐消失的时候，人体的细胞便会转变为癌细胞。

读了这本书之后，我在一段时间内谨记新谷式健康法并加以实践。的确，在那段时间里，我连感冒都不曾患过。

然而，四年前开始在北京工作，我会自然地想喝酒、吃夜宵。又回到了不规律的生活。

结束了北京的三年任期，我在这个春天重新看到了东京的樱花，不禁深深感慨：“我还能再看到几次这样的樱花呢。”但是弱于意志的我今晚也一边欣赏樱花一边喝酒，吃夜宵……

（小西摘自《看天下》 图/贾雄虎）

总统的萌宠们

□京 澜

在美国在位总统中，居然只有三位总统不养宠物，可见总统们对宠物可谓喜爱有加。



如果稍加注意，你会发现在世界上的第一家庭里，似乎很少有人不养宠物。在美国在位总统中，居然只有三位总统不养宠物，可见总统们对宠物可谓喜爱有加。于是乎，常让人有一种感觉，倘若一位总统不养一只宠物，似乎总显得不那么亲切，难免丢失选民对他的热忱。美国总统杜鲁门并不是一位特别热爱宠物的人，但是他依然耐心养着可卡犬，并且说出了一句值得玩味的话："如果你想在华府有知心朋友，那就养条狗吧。"由此可见，政治的冷酷无情和总统一职的压力之重，而忠心顺服的宠物却无疑能为一位身居庙堂之高的总统排解孤独与压力，成为总统的"知心朋友"。

众所周知，乔治·华盛顿是美国的第一任总统，他可算得上一个真正的爱狗人士。据说他的日记中列举了不下30条自己养的狗，如果聚在一起，基本上可以开个动物园。颇有意思的是，他的狗名有很多都跟酒有关，比如"醉汉""酒鬼"等，这大概与他迷恋喝啤酒有较大关系。美国曾有个作家叫克里斯皮·马奇，他洋洋洒洒地写了一篇文章叫《乔治·华盛顿与小狗》，记录了华盛顿与狗的故事。故事的内容大概就是说华盛顿当年带着美国兵跟英国人打仗，有一天一个士兵逮着了对方阵地上跑来的小狗，这狗的项圈上写着威廉·豪威将军的名字，正当士兵们准备毙了这条英国将军的狗时，华盛顿神奇地出现了，要他们枪下留狗，开导说战争是无情的，但是狗是无辜的，并摘下自己的三角帽包起狗，写了张条子让人给威廉·豪威送了回去……通过这个故事我们可以了解到，华盛顿是爱狗的，一如他热爱和平一样。

华盛顿爱狗美名被广为传颂，他似乎也给后面的美国总统们带了一个爱宠物的好头。在他的继任者中，少有不爱养宠物的人，大部分人都对自己的宠物呵护有加。

罗斯福与法拉的故事成了总统与宠物的催泪篇。因此，在首都华盛顿的罗斯福塑像旁，人们还特地给"法拉"立起了一尊塑像。

约翰·肯尼迪也是一个爱狗之人，他一共养了四条狗，他是美国第一位让狗坐上直升机和自己一起到白宫的总统。他还在白宫西翼专门开辟了一个供孩子们和小狗玩耍的地方。做他的宠物狗，可真算有福的。

林登·约翰逊曾是肯尼迪当政时期的副总统，肯尼迪总统遇刺之后，他旋即登上在达拉斯机场的空军一号总统专机，在机舱里宣誓就职，成为美国总统。他也有一条叫"Yuki"的宠物狗，这条狗是他的女儿在得克萨斯州的一个加油站旁边发现的一条流浪狗，没有什么血统可言，它能"入主"白宫与主人一样，纯属意外。

像"Yuki"这样命好的第一宠物还有一条，它的名字叫"袜子"，据说，它因为背部毛色漆黑，四只爪子却呈雪白色，如同穿了四只白色的袜子一样可爱，因此被命名为"袜子"。它曾是一只流浪猫，被切尔西收留，并最后随主人入主白宫，被人称为"白宫第一猫"。袜子常跟随主人抛头露面，它的靓照甚至还出现在了白宫的圣诞贺卡上。1997年克林顿夫妇又收养了另一只宠物狗"巴迪"，巴迪的出现无疑动摇了袜子的"一宠"地位，于是袜子和巴迪经常上演"猫狗大战"。甚至白宫猫狗的"紧张关系"一度还被克林顿拿来和国际事务相比较，他曾开玩笑说："调停巴勒斯坦和以色列，比调停袜子和巴迪还要成功。"由于袜子跟狗弟巴迪关系不和，2001年克林顿卸任时，把它托付给秘书贝蒂·柯里照顾，但是克林顿一家也始终没有忘记这只陪伴自己多年的宠物，希拉里在竞选美

 我跟他人的关系之所以不好，是因为我自己完全依附于他人，于是我当然犹如处在地狱里。世界上有大量的人处在地狱的境地，因为他们太依附他人的判断。——萨特《萨特文集》



国总统期间还多次提到袜子。据说，铁娘子希拉里每每拿袜子说事，她的支持率总是会增加。2009年，当袜子去世的消息传来时，正在亚洲访问的希拉里和丈夫克林顿还特地发表一份声明表达思念。

袜子离开白宫后，三条名狗入主白宫，它们的名字叫“巴尼”“斯波特”和“比兹利小姐”，它们的主人的名字叫乔治·布什。其中巴尼是白宫第一狗。

布什过后，奥巴马上台了。在奥巴马竞选总统之前，奥巴马的两个女儿就跟他讨价还价，说：“你想竞选总统，我们就要养条狗”，奥巴马当然二话不说就同意了。奥巴马当选总统后，就急着为两个女儿兑现承诺。当时他考虑收养流浪狗，因为他笑称，大多数在动物收容所里的狗，都和他一样，是“混血儿”。后来，参议员泰德·肯尼迪送给奥巴马一只纯种雄性葡萄牙水犬，奥巴马的两个女儿给这条狗起了个比较女性化的名字“波”，因为她们的表妹有一只叫“波”的宠物猫。不过这个可怜的小家伙也许永远也不知道，它的名字是根据一只猫的名字起的。不过，这已经无伤大雅，它已经成了美国家喻户晓的白宫第一宠。

美国是世界第一强国，美国的政治生态和社会生态无疑十分受人关注，就连美国总统与宠物的关系也值得人反复玩味。美国的媒体曾有过“当总统，先养宠”的研究结论。有研究显示，宠物主人的身份能够帮助未来的总统在选举期间争取选票，在战争和丑闻期间更容易获得百姓信心，若人们看到总统在紧急时刻还能淡定地喂宠物的话，说明总统对处理问题具有相当的信心。当然，这个结论也并非任何特殊时期都通用，比如在发生经济危机的时候，若总统爱犬不时出现在电视上的话，人们会想自己饭都吃不起的时候国家管理者却还有闲钱去喂一只狗。

看来，如今全球经济依然动荡，美国经济依然复苏缓慢，“波”还是少露脸为好！

（司志政摘自《喜剧世界》2013年5月上 图/陈明贵）

一定要说“谢谢”

□张小娴

每次朋友请吃饭，我一定会衷心地说：“谢谢你请我吃饭。”即使是很相熟的朋友，也不能省掉这一句。

他不是理所当然要请你吃饭的，他的钱也是很辛苦赚回来的。一声谢谢，代表你欣赏他的慷慨。那么，他付钱的时候，也会付得非常乐意。

他同时请几个人吃饭，其他人不说谢谢，我也会带头说谢谢。无论这天晚上是否过得愉快，我该感谢他的心意。有些人很要不得，每次付账都袖手旁观。人家付账，他连一声“谢谢”也不说，只管留意别人给多少小费，看看他慷不慷慨。

当你每次都微笑着说：“谢谢你请我吃饭。”对方请你吃饭的次数也会增加。

如果是跟男朋友吃饭，当然不用说这一句。

道别的时候，你不妨笑着跟他说：“我今天玩得很开心。”

听到这一句，他会觉得他今天为你努力安排的一切，或者他为你而推掉的重要约会，都是值得的。

即使你并不是过得很开心，也不要吝啬这一句话。今天的节目不是很好，但你感谢他陪你度过生命中的一天。



（磊磊摘自《月亮下的爱情药》知识出版社 图/宋德禄）



布罗德的“背叛”



□李良旭

维也纳克恩顿大街上，行人已很稀少。

这时，一辆出租车行驶到沿街一幢简陋的房子前停了下来。

他轻轻地敲了敲门，不一会儿，门开了。布罗德高兴地张开双臂，紧紧拥抱着那个人，嘴里欢喜地喊道，卡夫卡，我的好兄弟，您还在写作呀？

卡夫卡也紧紧地拥抱着布罗德，说道，我的好兄弟，见到您真高兴啊！

两个人进了屋，布罗德问道，好兄弟，最近又在写什么大作？快说给我听听。

卡夫卡从桌上拿出一沓书稿，对布罗德说，好兄弟，这是我最近才写的作品，名叫《审判》。

布罗德是卡夫卡多年的老朋友。这么多年来唯一的朋友。

突然，卡夫卡剧烈地咳嗽起来。

卡夫卡喝了一口水，大口地喘着气说道，最近总感到胸口堵得慌，《审判》这部小说很快就要写完了，等写完后，我就去找医生看看。

布罗德握着卡夫卡的手，说道，好兄弟，还是早点儿找医生看看吧，不要再拖了。

几天后，布罗德弄来几瓶咳嗽药给卡夫卡送来。他敲了很长时间，里面也没有应声。他感到很疑惑，这种状况过去是没有过的啊，卡夫卡几乎足不出户，整天关在这出租屋里写作。

这时，从旁边一户人家走出一位老太太。老太太对布罗德说，里面的那个年轻人，已被房东送到医院去了。

原来，卡夫卡得了严重的肺病，由于错过了最佳治疗时间，现在已经到了生命最后时期。

在医院里，卡夫卡看到布罗德，眼睛里露出一丝惊喜的神色，他气若游丝地说道，好兄弟，看到您来了，我真高兴啊！我的《审判》已全部写完啦，我多想再写一些啊，可我的时间已经不多了。我今天托老朋友一件事，请您一定要答应我！

布罗德哽咽地说道，兄弟，您说吧，我一定答应您！

卡夫卡听了，凄然地说道，这是我出租屋的钥匙，我死后，请您到我出租屋里，将我的那些书稿全部烧掉，一张纸片也不要留。

1924年6月3日，卡夫卡因肺结核去世，终年41岁。

布罗德带着卡夫卡的临终嘱托，打开了卡夫卡曾经住过的那间出租屋。布罗德忍着悲痛，翻看起《审判》的后半部分。

布罗德拿出一盒火柴，他的心在战栗，他的手在发抖。他轻轻地划着火柴，可火柴总也划不着。他突然放声大哭起来，凄婉地哭喊道，卡夫卡，我的好兄弟，我不能遵守您的临终嘱托了，我要将这些书稿留下来，作为我永久的纪念。

他将一些书稿整理好，投到出版社。没想到，很快出版社就有了回音，并询问这样的书稿还有没有了，他们将有多少出版多少！

很快，卡夫卡的一系列作品《审判》《变形记》《乡村医生》《在流放地》等相继出版发行。这些作品发表后，在读者中引起了强烈反响。

经过深思熟虑，布罗德将这些稿费全部捐给了国家，成立了“卡夫卡文学基金会”，意在培养更多的文学新人。

布罗德的“背叛”，使世人认识了卡夫卡。卡夫卡的文字，闪耀着璀璨的光芒，照亮了人们的内心，温暖并感动着一代又一代人的心灵。布罗德的“背叛”，让人看到他内心的善良和崇高，他被世人称为最伟大的“背叛”。

（卡卡摘自《生活月刊》2013年第3期 图/点点）

 高中老师：追求自己的心，培养自己的兴趣；大学教授：make a difference就是最大化你的影响力，这也是一生的意义；博士指导教授：我不同意你，但是我支持你。——李开复说，从美国三位老师那儿学到的三句话影响了自己的一生

青春期的魔咒

□屈颖妍

看了陈汉森老师写的一篇文章《会过去的》，说一个曾经只顾追星的孩子终于肯念书了，又一个当年无心向学的孩子终于大学毕业了，他要说明的是，一切反叛行为，总会过去的。

看完，心感安慰，对我来说，陈老师的经验之谈是一个莫大鼓励，因为我家也有一个青春期的孩子。

做家长的最大难处是，你以为跨过一个难关，前面又有一条更难的路要你闯。

孩子呱呱落地，不会动不会说不懂吃不懂拉，一下错手随时会扭断脖子，看漏一眼，大被蒙过头又会窒息身亡……小心翼翼含辛茹苦把他们拉扯长大，以为过了一关，谁知爬爬走走的日子原来更累人。

待终于可以吃顿安乐茶饭，不用边吃边喝止孩子别敲碗敲碟拉台布了，又轮到另一难关——上学。

上学之难不用多说了，有孩子在念书的家庭，通常会进入灾难式十级风暴。

上中学了，不是说要放手吗？会行会走会思考已独立，该是父母“脱难”的时候了吧？我真的听到好多家长这样形容：“子女上中学？啊，你脱身了！”

我的经验是，孩子每个阶段的教养都难，但要数最难，应是这个最会照顾自己的青春期。

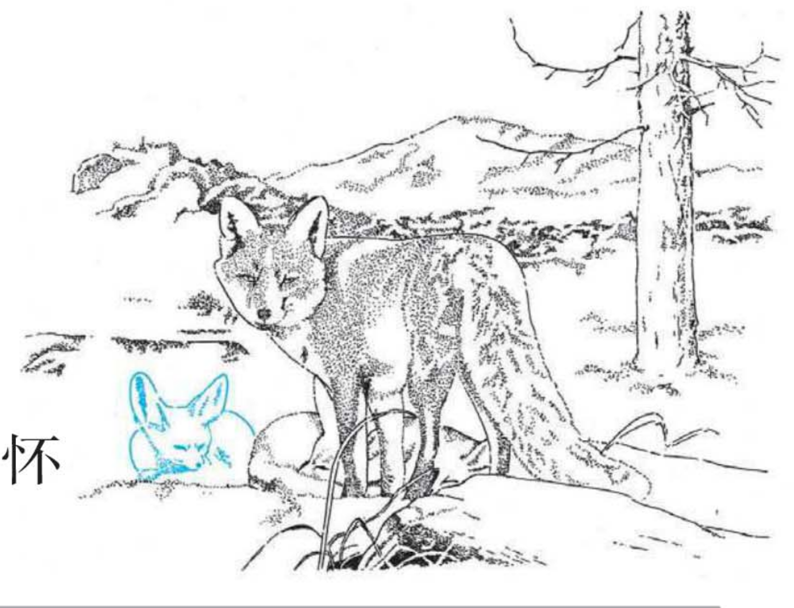
荷尔蒙影响下，青春期孩子的脸色特别难看，他们对一切都看不顺眼，包括你；他们把一切都不放在眼里，也包括你。

我请教过很多专家关于如何面对青春期的孩子，得来不同方法，其中一个最妙，就是等和忍。“总会过去的，忍过这三四年，就会好起来……”专家的说法竟跟前面陈老师所言的不谋而合。

于是，“会过去的”这四个字，就像魔咒，当十三岁的大女儿又露出一张全世界得罪她的面孔，我深呼吸，然后呢喃：“会过去的，会过去的……”



（晓晓摘自《时文博览》2013年第3期）



原创

一只狐狸 FOX 悲壮的母爱情怀

□祖克慰

很多年前的一个初冬，发生在村子里的事，至今清晰。确切地说，那是1981年的秋末冬初。在我们村子里，经历过那段岁月的人，记忆早已定格。

那年的初冬，粮食刚入仓就下了一场冰雹，一阵冰雹之后，树成了光秃秃的。林子里、场院里，到处都能看见鸡鸭、麻雀的尸体，有的死了，躺在地上不动；有的还活着，翅膀折了，在地上扑棱；还有的张着嘴，一抽一抽地倒气，惨不忍睹。

下过冰雹，又出现了怪事。一只狐狸，火一样的狐狸，在村子里出没。火狐很容易让人记起，额头上有一片白色的毛，村子里人说："火狐狸，白额头，那是妖狐。"

似乎是带着某种妖气，那只狐狸出现在谁家，谁家就要出点儿事。狐狸最先出现在张九家，是在傍晚时分，刚刚点上的煤油灯，被狐狸撞翻，张家的三间草房，被倒地的油灯点燃，眨巴眨巴眼睛，三间房屋烧个精光。两天后，狐狸又去了乔家，乔家老太太在院子里晒太阳，看见狐狸一溜火红，眼一黑，翻了几下白眼，蹬蹬腿，没了气。

乔家老太太有个孙子，叫乔顺风，是村子里有名的猎手，玩土枪很顺手，基本是百发百中。奶奶被狐狸害死了，乔顺风很悲痛，站在奶奶的棺材前，抹着眼泪豆子说："奶，您等着，等我逮到那只狐狸，我一定到您的坟前，用狐狸的血祭奠您。"

乔老太死后，狐狸像隐了身，没有影踪，村庄恢复了往日的平静。乔顺风没有找到狐狸，狐狸却找到了村子里，那只白额狐狸，在村东边刘家拖走了一只鸡。村子里人看见，狐狸拖着一只鸡，一晃就没有了影子。刘哈巴说："像一溜火，哧溜就进了树林。"人们跑过去时，啥也没看见，只有那些稀稀疏疏的槐树。

乔顺风说："只要狐狸在，我就能找到它，我一定会找到它。"

刘哈巴说："乔顺风说能找到就能找到，乔顺风那蒜头鼻是狗鼻子，啥味都能闻到，闻一只骚狐狸，那还不是小菜一碟。不过，这只狐狸是狐狸精，能不能逮到，还不好说。"

刘哈巴说的是实话，就是一只野兔走过，乔顺风也能闻出味道。每次打猎，他从不空手回来。獾子也好，黄鼠狼也好，百十米范围内，通过鼻子他就知道猎物是否在附近。

乔顺风不愧是个好猎手，没过几天，他就找到了那只狐狸。原来，狐狸就在一棵大槐树的洞穴内，那个洞在树根下，洞口被落叶覆盖着。他在那里瞄了两天，狐狸终于从树下钻了出来。他端起枪刚要搂火，正在奔跑的狐狸突然转过身站在那里，看着他手中的枪，脸上带着一种绝望的表情。

乔顺风看着狐狸，额头正中，有一个白色的圆点，乔顺风认定，就是这只狐狸让奶奶丧了命。妖狐，乔顺风一慌神枪就响了。随着枪声，狐狸倒下了，在地上翻了几个滚，一动不动。乔顺风看到狐狸躺在那里，走到狐

 我最不喜欢听人说"社会就是这么现实""人心好浮躁""这是个急功近利的时代"，其实根本就是他本人现实、浮躁、急功近利而已。但这么说，好像就有了借口，先是冒充了一下高风亮节看不下去世风日下，然后就可以理直气壮地一起混日子了。——庄雅婷

狸跟前，刚要弯腰去捡狐狸，冷不丁，仰面躺在地上的狐狸一个翻身跃起，从乔顺风的胯下蹿了出去。乔顺风回过神来，再看那狐狸时，狐狸已跑得无影无踪。

晚上刘哈巴跑到我家，很高兴地对我说："祖，我说乔顺风抓不住狐狸，还真应验了。"

很长一段时间，没有人看到那只狐狸。一晃几个月，过年时，刘哈巴说他看到了那只狐狸，还带着三只小狐狸。

事实上，刘哈巴说得没错，那只狐狸确实带着三只小狐狸，很长时间没看到白额狐狸，原因很简单，它在生小狐狸。

那天，乔顺风和我、张九上山打猎，打了三只野兔，还有两只野鸡。中午回家，走到寨坡下的小河边时，看到小河对岸有几只狐狸在玩耍，也就几十米的距离。狐狸看到我们就要跑，可后边的小狐狸跑到河堤时，慌乱中怎么也爬不上去，三只小狐狸滑下来挤在一起。就在这时，老狐狸突然转过身，用身体挡着后边的小狐狸，站在我们面前。三只小狐狸躲在老狐狸的身后，伸出头，骨碌着眼睛看着我们。

这样的场景，我是第一次看到，我相信乔顺风和张九也是第一次看到。那一刻，我们几个都惊得目瞪口呆。一只狐狸，在生死关头，挺身而出，保护自己的子女，不要说动物，就是人，也需要勇气和胆量。母爱的力量，是无法用语言来表达的。

乔顺风也傻了一般，痴痴地站在那里，端着枪的手有点儿颤抖。

那只狐狸也有点儿吃惊，这么长时间，没听见枪响。似乎是看到我们手中的枪放下了，已不再惊慌，但它依然挡在几只小狐狸的前面，警惕地注视着我们。过了一两分钟，老狐狸扭了一下头，几只小狐狸开始向山上跑去。但是，那只老狐狸，一动不动地站在我们面前，眼睛盯着我们，看似很平静，但我依稀看到，老狐狸的身子在不停地抖动。

也许，老狐狸是害怕，怕我们突然端起枪，从枪管里冒出一股黑烟。老狐狸看了我们一眼，晃晃悠悠地向山上走去。我至今清晰记得，那只狐狸没有奔跑，而是很平静地向山上走去。走到山顶，几只狐狸一字排开，朝我们看了看，然后消失在树林里。

看到那几只狐狸走进树林，我们才醒了过来。回家的路上，几个人都没有说话，空气有点儿沉闷。张九憋不住，问："乔哥，为啥不开枪？"乔顺风说："你想知道吗？"张九说："想啊！"乔顺风说："那我就告诉你，我爹说：打猎有三不打，不打鸟，鸟是天空中的精灵；不打怀犊和哺乳的猎物，那是丧天良的事；不打没有成年的猎物，那是滥杀。"

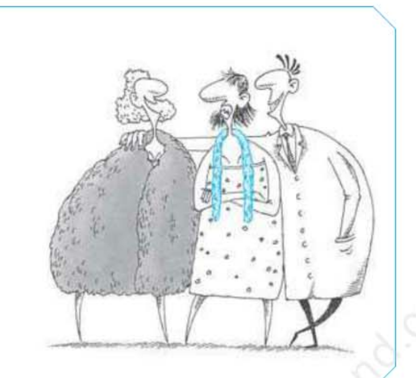
狐狸事件之后，我就离开了家乡，家乡的人和事知道得很少。后来乔顺风死了，好像是1998年，死于食道癌。村子里的人说："乔顺风野味吃多了，是报应。"可是村子里的人不知道，作为一个猎人，乔顺风还是有良心的。

关于狐狸，有必要交代一下。那只白额狐狸，被我们放生后，再也没有在我们村子里出现过，消失在苍茫的原野。甚至很多年，我们村子里没有出现过狐狸。狐狸好像离我们越来越远，我至今没有看到过。

（图/点点）

习惯之祸

□佚名



A不喜欢吃鸡蛋，每次发了鸡蛋都给B吃。刚开始B很感谢，久而久之便习惯了。习惯了，便理所当然了。于是，直到有一天，A将鸡蛋给了C，B就不爽了。她忘记了这个鸡蛋本来就是A的，A想给谁都可以。为此，她们大吵一架，从此绝交。其实，不是别人不好了，而是我们的要求变多了。习惯了得到，便忘记了感恩。

（木子摘自新浪微博 图/小黑孩）

海蜃少女

原创

□两色风景

他从少女的眼神与泪水里读到了某种信息，她应该是认识自己的，她分明在倾诉一种深层次的思念



无边的大漠黄沙滚滚，与浑浊的天空在遥远的地平线上连成一片。圣骑士泰坦骑着他的战马飞影从这大漠上走过。一人一马的身后，是一支神气极了的骑兵队。

他们是八达国骑士公会的精英。而为首的泰坦更是精英中的精英。

他们刚奉八达国王的命令，协助镇压了隔邻的普塔国的战乱。现在，正走在凯旋的路上。

经过一片戈壁时，飞影突然打了个喷嚏。于是，泰坦警惕起来。"全体稍息，立正！"他下令。因为根据经验，马上要有一阵风沙过境了。

果然，没一会儿，四周便是一阵恼人的飞沙走石。好在所有人都早有准备。

但是泰坦只是稍微眯起了眼，仍然威风凛凛地骑在飞影身上，并昂着头。

也正是因为这样，他看见了其他人没能看见的情景——

一个女孩。一个年轻的女孩。身穿长袍，碎发飘飞，形容憔悴——但这些并没能遮住她的清丽。

泰坦不敢相信自己的眼睛，他并没有注意这个女孩是何时出现的。感觉上，像是风沙将她送来的。但现在不是思考的时候，因为眼下的环境绝不适合这柔弱的平民女子。泰坦的侠义之心被激发起来，迫不及待地就要上前提供帮助。

可他又愣住了。

迷了眼睛的沙尘之中，少女的身影若隐若现，唯有那张脸依旧清晰。泰坦看见，少女的脸上挂着泪花，表情十分复杂。

泰坦是一个浪漫的骑士，少女的落泪给了他很大触动，他恨不能立刻将她拉到飞影的背上，为她解决一切困难。

但是，不等泰坦有所行动，沙尘暴一下子就结束了。那么突然，就像是有谁把风沙织的幕帘收起来了似的。

那位少女也随之消失得无影无踪。就像从来没有存在过。

泰坦终于拍着飞影的背，让它驮着自己走上前去。飞影就驮着他踱了一圈又一圈。

她真的连影子也没有留下。

圣骑士泰坦觉得心被挖了一个大洞，洞里满是少女的眼泪。

泰坦决定将少女找出来。

一个月过去了，部下们交给他的结论是：找不到那个风沙中的少女。他们是这样解释的：

"泰坦大人，我们以您提供的地点为圆心、根据您描述的人像展开搜索，但是方圆百里之内都无法觅得符合标准的对象……如果您当时确实没有看走眼，确实有那么一位少女存在的话，她是没有理由在那么短的时间内出现又消失的，除非……"

"除非什么？"

"除非她懂得魔法。"部下说，"但是魔法师有多稀罕，您知道。那么另外一个可能就是，少女确实存在，但她的位置绝非方圆百里所能局限……"

泰坦于是懂了，他不笨："你的意思是——海市蜃楼？"

海市蜃楼是沙漠中经常发生的现象，泰坦不陌生。而海市蜃楼也确实会将匪夷所思、方位莫测的事物投影到远方人们的面前来。

泰坦也不明白自己如此执著于那位少女，是出于一种什么样的情感。非要解释，只能说是一种英雄救美式的骑士精神吧。虽然泰坦同时固执地认为，他从少女的眼神与泪水里读到了某种信息，她应该是认识自己的，她分明在倾诉一种深层次的思念……也许泰坦急于解答的就是这个。他明明不认识她，而海市蜃楼更加不可能认识他……

（请读者续写，续写请控制在1500字以内。征稿择优刊发在第12期上 图/周弘）

作者简介：

两色风景。福建作协会员。创作以幻想文学为主，已发表各类文章2000余篇。出版《神秘的快递家族》《青春奇妙物语》《少年空侠》《邻家武圣》等个人作品二十余本。曾获冰心文学奖大奖、台湾牧笛童话奖等奖项。

刘同、语笑嫣然等众多青春文学大神将陆续登陆本栏目，续写请控制在1500字以内。

投稿信箱：1922077234@qq.com

QQ咨询：1922077234

咨询电话：010-51900481

 任何人只要专注于一个领域，5年可以成为专家，10年可以成为权威，15年就可以成为世界顶尖。也就是说，只要你能投入7300个小时，就能成为专家；投入14600个小时就能成为权威；而投入21900个小时，就可以成为世界顶尖。——《创业家》杂志



原创

落地请开手机

□夜　莺

（大结局）

三年后。

我又一次坐上了这班列车，如同三年前那个跌跌撞撞的午后。一样的车次，一样的目的地，一样的人，只不过上次是为了捍卫我的爱情，而这一次，我是来祭奠我丢失的爱情。

颜见要结婚了，新娘不是我。

三年前，当我气势汹汹地去找颜见讨回公道的时候，看到了他，与一个女孩。

那个女孩，该怎么形容，长发飘飘，衣袂飘摇，笑起来有着和颜见一样美好的浅浅的梨窝。我不由自主地打量了一下自己：一条牛仔裤，一双在车上蹭得脏兮兮的球鞋。而我那时的表情，就像乡下来的大婶，向菜贩子讨价还价。

那个女孩挽着颜见的胳膊，有说有笑地走在马路上。

在怔怔地望了他们五秒钟，确定他们没有发现我的时候，我落荒而逃。

这一次，之所以我还有勇气再次来到这里，是因为今天的一条短信。不知道为什么，这条打破了三年沉寂的短信，只短短的几个字，却可以让我不顾一切放下手中的工作，来到这里。

他说，来参加我的婚礼，你很重要。

下了车以后，按照颜见给我发来的地址，我来到了那个地方。

北京五环外的郊区，一片广阔的草地。

我望着这些为布置婚礼而忙碌的人，迟疑着，没敢再抬起脚。

颜见给我发短信的时间是27号，而他让我28号之前必须到。

于是我又像三年前一般，只拿上手机，充电器，就毫不迟疑地坐上了车。只是这一次，我精心地打扮了一下自己，一袭淡蓝色的碎花裙，梳得整齐的刘海，大概不会让我爱情的尊严受到太大损害。

我的左手轻轻地握住了自己的右手，嘴角上扬到45度角。

虽然在车上幻想了无数和颜见相见的场景，做好了十万分的准备，可是在见到颜见的一刹那，我还是呆住了。

那个在梦里我见到过无数次的人。他的身旁，还是那个女孩。

看着她们两个并排站在一起，两张同样清秀的脸庞，我的心里微微发酸。

“你来了。”他冲我点点头。

“嗯。”一样简洁的话语，我竟可以如此平静。

“婚礼布置好了吗？需要帮忙吗？”我还是保持着微笑，并将一个包好的红包拿出来。“一点心意。”

颜见此时的表情，既扭曲又有些古怪。

“嫂子。”那个女孩，抿了抿嘴，拉住我伸出去的手。

这下，该轮到我傻眼了。

颜见幽幽地叹了口气，“早该跟你解释一下的。”

“三年前，我来北京处理公司的事情。结果来飞机上碰见了同样回北京的我的同胞妹妹，颜若。她有先天性心脏病，听说了公司出事后，复发了。于是，我把她送到医院，并稳定下来。那时，已是两天以后了。我再给你打电话，可是怎么也打不通。小若的病也需要人陪，我就先把这事放下了。

一个月以后，我带她去美国治疗，一去就是三年。前几天，好不容易从小真那里要到你的联系方式…”

“新娘呢，快带新娘去化妆间！”

颜见微笑着耸耸肩，一脸温柔。

走在红毯上，颜见的右手牵着我，十指相扣。

执子之手，与子偕老。

死生契阔，与子成说。





人生三本书

□艾小羊

◇《射雕英雄传》◇

我读的第一本书叫《射雕英雄传》。读完它的时候，正是初三。我同桌的男生也是射雕迷，时常对我行拱手礼曰：黄姑娘，我却从不称他为郭大侠。除却同样的木讷，他身上没有一丝郭靖的样子。如今想来，正如我虽然没有一个叫黄老邪的爹，却将自己幻化为黄蓉，他也毫不犹豫地将与郭靖不沾半毫的自己幻化为郭靖。

我们同时不可救药地将情窦初开理解成了虐待与受虐。他心甘情愿地承受我使出全身力气，捶在他背上的拳头，而我则享受他疼得龇牙咧嘴之后，竖起大拇指，说出的那句“拳头又变硬了”。甚至，我央求父亲在我的房间绑了一只沙袋，将青春的荷尔蒙化为汗水，洒在上面。

后来，我们各奔东西。《射雕英雄传》被当作一本看过的书，放置在书架的顶端。

大学毕业时，我与最后一位学生恋人分手了。分手那天，他痛心疾首地看着人行道绿色的菱形花砖上，被我用脚一粒粒碾碎的葡萄，说：“你知道吗，你生气时的样子，像鬼一样。”我扬长而去，留下他一个人，在清洁大妈的监督下，收拾那一地的烂葡萄。

那是最后一次，我像黄蓉一样去爱。不知是“像鬼一样”的临别赠言触动了我理智的钟摆，还是人生的季节已经从随心所欲，转到了随波逐流。

只是，在内心深处，依然住着一个小小的黄蓉。打动我心的爱情，不是钻戒华服，而是在自己明知刁蛮无理之时，对方面带微笑的那一丝无可忍却必须忍。

◇《撒哈拉的故事》◇

参与月下闲谈的另一位朋友，记忆深处的那本书叫《撒哈拉的故事》，三毛与荷西所成就的是她眼中最明丽的爱情。很长一段时间，落魄的诗人、蓄终缌胡的流浪歌手、身形高大的独行客是她的爱情男主角。

她长得娇小可人，喜欢穿长裙与带流苏的上衣。

多年来，她在三毛似的爱情中马不停蹄地沉醉与受伤。往往能够带给我们最深刻享受的爱情，也将带给我们最难忘的痛苦。如果从这个角度来看，她的每场恋爱都是真爱。

直到有真相洁癖的一群人，除了在春晚后打了鸡血似的揭秘刘谦，还顺手牵羊地揭秘出三毛撒哈拉背后的故事。援引邻居知情人的话说，三毛与荷西根本不像书中所写的那样好，三毛经常发脾气、刁蛮任性，他们时常吵架，荷西甚至打过三毛……

原来，三毛的心里也住着一个黄蓉，我阴险地笑了。我的朋友却彻底抓狂，仿佛一直以来支撑着她寻找真爱的那根柱子，被人在暴风雨的夜里，悄无声息地放倒了。

后来，她老老实实找了一位IT男结婚。

“人生如同钟摆，在痛苦和无聊之间摆来摆去。自人们把痛苦和折磨变成地狱之后，留给天堂的就只有无聊了。”他答。

她没有说话。在天堂里的人，没有权利抱怨生活。

后来，她越来越觉得他说得对，虽然在一次意外的网页浏览中，她发现这句话的原创者是叔本华。

◇《刀锋》◇

究竟是我们不小心碰到了那本书，还是那本书选择了我们？答案并不唯一。任何一个错过，都可能改变一本书在我们生命中的价值，正如任何一个夏天，都可能是命运的拐弯处。

一度，热爱琼瑶小说的女青年是男青年的噩梦，喜欢亦舒师太的女孩又因为过分追求物质上的坚强与独立，而辜负了自己先天具备的那颗柔弱多情的心。

月下闲谈的第三位参与者，生命中的那本书是毛姆的《刀锋》。

一个女孩能够在十几岁、二十岁遇到并且读懂这本书，于世俗生活来说，不能不说是一种幸运。

在《刀锋》中寻找爱情课本的

 教育在培养人时没有注意培养人的道德。我们从小学开始，每一步走过来，都在培养大家说假话。这实际上影响到我们的国民素质。——北京大学经济学教授张维迎

她，一度冷静得让大家觉得不可思议。她不是像我们一样伸出双手去拥抱爱情，而总是避免让自己陷入爱情。

当她发现自己的夜晚被某位男士占据，便会毫不犹豫地将他清理出去。

“大多数人在恋爱的时候会想出各种理由说服自己，认为照自己的意旨行事是唯一合理的举动。我想不幸的婚姻那么多，就是这个原因。”她喜欢引述《刀锋》里的这句话，来评论那些婚前爱得要死要活，婚后吵得天崩地裂的男女。

她不恋爱，所以她只走正确的路。

正如天堂时常无聊，正确的路也是如此。

当我们饱经沧桑，她的生活安宁富足，某些方面纯洁得像个孩子。

生活让每个人书架的最上层，有一本不同的书。青春年少时，它曾经指引我们，寻找书里所描绘的爱情。

只是，那样一本书，终究是我们人生的财富。即使我们到了与那本书为敌的年龄，开始觉得那时候的自己天真得令人无法容忍，可是如果没有那些天真，又怎会有那时的爱情。

爱情没有过错，只有错过。

书架顶端的那本书上，泪水与指纹带着四月青草的味道。如果每个人就是一颗星，每颗星的轨迹，都是闪亮的，它们即将到达的，是同一个地方。

（**木子**摘自《女报·生活》2013年第1期　图/**大俗老张**）

我们为什么越来越重口味

□梁文道

我们中国人传统上就注重吃，但是我们并没有很好地发展出我们在吃上面的审美判断力，或者它消失了。这其实是很多原因造成的，我举个例子，川菜和湖南菜这么流行，甚至在厦门那种口味比较淡的地方，晚上消夜去吃的居然是烤鱼。全国人民口味都越来越重，甚至连四川也是这样。我记得二十年前的四川、成都菜，其实没有那么辣，没有那么多油，各种香料以前也没下那么猛。

整个国家都在重口味，至少说明一个问题，那就是我们的食材有问题了，食材本身的味道变了，或者消失了，于是我们就更仰赖这种外在的、表面的、肤浅的刺激去遮盖原料的种种不足。

（**丁丁**摘自《羊城晚报》）

蛇

□冯至

我的寂寞是一条蛇
静静的，没有言语
你万一梦到它时
千万啊，不要悚惧
它是我忠诚的侣伴
心里害着热烈的相思
它想那茂密的草原
你头上的、浓郁的乌丝
它月光一般轻轻地
从你那儿轻轻走过
它把你的梦境衔了来
像一只绯红的花朵

2013年是农历蛇年，蛇这个意象，经常令人想起诱惑、妖魅以及恐怖，尤其是在中国诗歌的语境中，常常『龙蛇』连用，是个千年配角。不过，在现代诗人冯至的这首诗里，蛇不仅是主角，而且以真挚热烈的情感营造出一种美好、深沉的意韵。

这首诗是冯至早期的作品，据诗人自己称，这首诗是因为看到英国著名插画家比亚兹莱的作品《梦》而作，画中有一条黑白花纹、秀丽无比的蛇，口中衔着一朵花。冯至见之，颇为心动，他觉得，比亚兹莱画中的蛇那沉默的神情，像是青年人感到的寂寞，而那一朵花，有如一个少女的梦境。

『寂寞』是古往今来的诗人常写的主题，然而，以一条安静、无言的蛇来比喻寂寞，却显得十分独特。这个譬喻大胆新颖，诗人在其中倾注了浓厚的情感，画面感极强。我们似乎能看到诗人就化身为那条蛇，怀着热烈而又羞涩的爱慕向他的心上人温柔地倾诉相思，浓郁的乌丝、绯红花朵般的梦境、月光般轻灵地游动，意象清新绮丽，让这如蛇一样的寂寞笼上了一层神秘而美丽的面纱。

（**杨柳**摘）



广州一中学拟开“女子班”，是针对性施教还是性别歧视

广州普通高中特色课程评审会上，真光中学校长表示：真光中学拟重开两个“女子班”。对此引起网友不小争议，反对者认为做家务非女性天职，职业发展、人生规划对女性来说同样重要。也有支持者认为“女子班”的设立，立足于性别上的差异开展有针对性的教育。你怎么看?

@pandalee8090：女孩子和男孩子看待问题的视角大不相同，中学时期恰是一个学生观念趋于完善的时期，需要听到同侪不同的声音，使视野更为开阔，女子班的设立容易导致青少年的狭隘，不利于塑造完整的人格。

@纯雨_74422：其实开设女子班也有好处，现在的女孩子越来越像男孩，留短发，欺负男生，越来越没有女孩子气。开设女子班可以培养女孩子的气质。如果实在觉得不行，可以试教一个月或半个月，看看效果。

@ye0_0敏：男女之间的确在思维模式上有差别，但正是因为这样才更需要互补，若只是针对差异来进行教育，那就等同于短板效应。

@鹤地–少龍：孔子说：因材施教。女子班没什么不好，复古也可能是教育事业的新变化和转折点。

@Eveny不喜欢琳琳：虽然说女子班可以有针对性地教育，但是也减少了青春期该有的和异性的互动，与异性的互动是青春期不可或缺的，也算成长路上的必经之路。

@山高人为峰5699：中国的教育一向大、假、空，不能真正意义地做到因材施教，这种做法未尝不是一种突破。

@枯草无夏：其实这个年龄段的孩子都会对异性好奇，并且是学会和异性相处的最合适的时机，这时候的情谊也是最纯洁的，分班可就错过了。

@找找六月奇迹：我觉得开设女子班并非不好。性别不同，学习方法也是不一样的，男女智力的发育和思维方式有别，分班就可以采取不同的教法。台湾就分男女班，不过性别分班也是有利有弊的。

成龙欲捐古建筑给新加坡，是卖国还是爱国

据中国之声《新闻纵横》报道，4月4日晚上，香港演员成龙连发四条微博，表示正在考虑把他20年前收藏的十间古建筑中的四间送出国门，捐赠给一所新加坡大学做教学之用。并且表示，“几乎有冲动想把其余那六栋也捐给他们”。

@枯草无夏：东西是他的，他有权决定处置方式，别人都无权置喙。如果是我，估计也是宁可捐给外国。在中国那么多古建筑的下场都是拆、拆、拆，那些主事的人何曾在乎过这些古文化？对于不珍惜的人，就应该一丝一毫都不要留给他。虽说捐出去真是可惜了，但也比最后荡然无存好。

@魚魚魚妹：成龙选择捐出国也许并不无道理，我国现在有太多的文物得不到很好的保护，爱护文物的意识不如外国强。也许成龙怕我们国家的某些所谓专家毁了文物吧。别人保护我们的文物的工作做得比我们好，我们就该反思了。

@蓝：我觉得这是爱国。捐出去的目的是作为教学使用，也就是在进行文化交流。况且他又不是在为自己谋私利。说不定也能免掉被强拆的命运呢。不管怎样，古建筑需要保护，它代表的是古代人民的智慧结晶，这里无国界。

@王雪峰：捐赠是一种善行，跨国捐赠更是一种跨越界线的大善之行，因为这更需要捐赠者有充足的勇气和开阔的眼界。不要因为东西没有捐给自己国家就认为这是一种卖国行为，这是一种偏见。这种行为的真正价值体现在交流上，一种文化的交流，一种互利互惠的交流。

@橙色：古建筑在中国境内，因为你的财大气粗，暂时属于你而已，不要用祖先留下的宝贝，去当礼物送人，这是国人的共同财富，文化遗产是跟别的东西不一样的，望慎重考虑！

以上评论由《意林》杂志新浪微博、《意林》杂志腾讯微博网友提供

http：//weibo.com/yilinzazhi　http：//t.qq.com/yilinmag

 历史也许会以进两步、退一步的螺旋式前进，某代人可能会在那倒退的一步中度过，但我相信在所有的专制者中，时间是最专制的那个。很多时候，人类一不小心误会了自己，把自己想象得太过聪明，或者不够聪明，而时间总是不徐不疾地将误会澄清。——刘瑜



管饭须管饱

□乐羊子

管饭最好管饱，实在管不了饱，也得好好把话说清楚，否则就难免招埋怨。



这年头，有几个可以相互蹭饭的朋友，算得上一件幸事了。这种“蹭饭”性质类似聚会，朋友间说说笑笑，有益身心健康，何乐不为？然而，在很多时候，事情并没有这么浪漫。

众所周知，韩信曾受漂母“一饭之恩”，这其实是标准的蹭饭。当年漂母在河里洗丝，偶尔管了韩信一顿饭，后者就不把自己当外人了。漂母洗丝洗了几十天，韩信就天天跑到河边钓鱼去，鱼钓没钓着不知道，反正饭是混了个饱。临别之际，韩信心怀感激，对漂母说将来必有重谢云云。谁知漂母倒不高兴了，答复说我是可怜你这年轻人，可没想图你什么。

韩信的运气并不总是这么好，他以前还认识一位下乡亭长，一到人家吃早饭的点儿，他晃晃悠悠就去了，捧起碗来就吃。时间一长，亭长的老婆不乐意了，她想了个狠招，一早起来做好了饭，端到床上和丈夫一起吃了。韩信来了一看，人家两口子吃过了，没自己的份。韩信心里有数，摸着咕咕叫的肚子，走了。

韩信蹭完东家蹭西家的时候，他未来的老板刘邦也没闲着。刘邦常去大哥刘伯家蹭饭，但他做事的气魄非韩信可比，韩信是一个人蹭，刘邦则是组团来蹭。这很快引起了大嫂的不满，但毕竟是自家兄弟，吃饭不好躲着他，于是她也出了个狠招。有一次，大嫂刚做好羹，刘邦带着狐朋狗友来了，大伙儿先吃了点儿羹，还没吃饱呢，这时就听大嫂拿勺子使劲刮锅台，客人们以为羹没了，就叹息着走了。刘邦眼尖，看到锅里其实还有很多羹，一下子就气饱了。

南朝人刘穆之是个穷人，但妻子江氏的兄弟们都有钱，他就常到他们家蹭吃蹭喝。有一次，江氏兄弟设宴款待贵宾，特意嘱咐他不要去。可这个大饱口福的机会，刘穆之岂能错过？他愣是大摇大摆地去了，酒足饭饱之后，又来了个新花样——要槟榔吃。江氏兄弟本来心里就不爽，挖苦他说：“槟榔是消食的，你老是饿肚子，要那玩意干什么？”最后也没给他。

由此可见，蹭饭这事儿不容易，一般人干不了，心态差了不行，脸皮薄了也不行，但反过来说，蹭饭又是平和心态和增厚脸皮的不二法门。蹭饭这事要干好了，干别的也不难。这不，上述三位后来都发达得一塌糊涂。

韩信以楚王的身份衣锦还乡，立即兑现了当年开出的“空头支票”，一甩手给了漂母千金巨资。下乡亭长的恩情韩信倒也没忘，给了他一百钱。充其量，这就是算了饭钱而已！

刘邦当了皇帝，子侄封王的封王，封侯的封侯，唯独不封刘伯的儿子刘信。直到刘邦的老爹为刘信求情，刘邦才勉强给刘信封了个“羹颉侯”。颉是“克减”的意思，你道刘邦安的什么心？

刘穆之后来官至宰相，他也知道感恩，不但请江氏兄弟吃山珍海味，还特别关心他们的消化问题，饭后命厨子拿金盘盛着一斛槟榔出来，请他们随便吃，把哥儿几个闹了个大红脸。

按理说，不管是漂母、下乡亭长、羹颉侯他娘还是江氏兄弟，都是管过饭、行过善的人，但除了漂母外，其他人都没落着好，反而落了埋怨。究其原因，恐怕就是韩信说的“为德不竟”四字吧！也就是说，管饭最好管饱，实在管不了饱，也得好好把话说清楚，否则就难免招埋怨。

一个人偶尔做好事不难，坚持做好事难；坚持做好事也不难，难的是坚持做好事而不图回报。这样看来，漂母一夜间变身超级富婆，也就不足为怪了。

（青青摘自《滨海时报》2012年11月21日 图/罗海森）



长寿与职业有关吗

□龙学锋



美国研究人员关于工作与寿命关系的研究结果表明，人们选择工作时的一个重要考虑因素应该是自己是否对这份工作感兴趣，而不是把挣大钱摆在第一位，这样才不会缩短自己的寿命。他们发现，和工作有意思、没有太大压力的人相比，那些主要从事被动的、重复性劳动的人，像文字录入员和装配线上的工人，有33％的可能性少活5年。

※最长寿的职业有哪些※

我国的医学家、营养保健专家对长寿职业进行调查分析后发现，10种长寿职业中养蜂者名列榜首，排名如下：1.养蜂者；2.现代农民；3.指挥家；4.书画家；5.演艺人员；6.医务人员；7.体育工作者；8.园艺操作人员；9.考古学者；10.和尚。

※养蜂人为何长寿※

其实早在50多年前，学者就发现养蜂人普遍很长寿。俄罗斯学者做过调查，200位百岁以上的老人中，有143位是养蜂人。这些养蜂人中，很少有人患诸如癌症等重大的疾病，这些人之所以健康长寿，跟他们的生活环境和生活习惯是分不开的。他们的生活环境其实很差，唯一能够解释的可能就是他们的饮食了。他们的饮食中包含了蜂蜜、蜂花粉、蜂王浆或者蜂胶等蜂产品，因为他们食用这些蜂产品很容易，所以很多养蜂人常年食用蜂蜜或者蜂花粉等蜂产品，这也许是养蜂人长寿的直接原因。

※指挥家长寿之谜※

据美国学者对音乐艺术家的年龄统计，发现他们的平均年龄是74岁，高出美国现代男子平均寿命5年。指挥家为什么普遍长寿呢？因为他们所从事的工作正好是一些他们感兴趣的事情。他们在工作的时候一直在运动着他们的手，所以自然就起到了活动毛细血管的作用，对健康有很大帮助。并且在表演中得到观众的喜爱，认识到了自身的价值，心里就会很幸福、很满足，这样也会使身体变得健康。

迈阿密大学等5所大学和瑞典卡罗林斯卡医学研究院以130名退休的老人为研究对象，对音乐专业和健康之间的关系进行了研究。在调查结果中发现，学习过音乐专业的人，体内的生长激素远远高于那些没有学习过音乐的人。

※画家、书法家为何长寿※

中国有许多画家、书法家都是高寿。

艺术美之所以有促进健康、增进长寿的作用，是由于艺术美能使人愉悦，通俗地说就是愉快的情绪能使人长寿。人在精神愉快时可以促进身体分泌一种有益于健康的激素——酶和乙酸胆碱等物质，这种激素可以使脉搏、呼吸、血压、消化液的分泌、新陈代谢等处于相互协调的状态，对心血管和消化系统的疾病有预防作用，达到促进健康的目的。

※奥运选手比普通人长寿※

一项新的研究发现，虽然奥运比赛获奖选手的名气只是短暂的，但让我们望尘莫及的是，他们的寿命比普通人更长。到底是什么原因造成了这样的情况呢？经过研究人员分析，高强度和高耐力的田径类项目运动员寿命较长，而身体接触频繁的竞技类运动的运动员寿命相对较短。比如自行车、赛艇、网球和板球运动员的寿命偏长，而拳击等运动的选手寿命相对其他运动员较短，并且死亡率比其他运动员高11%。最后研究人员总结了造成这种状况的原因，据他们分析，奥运获奖运动员通过密集、科学的训练得到了一副超过一般人的强健体魄，而且由于在奥运比赛中斩获奖牌，得到的奖金和收入可以帮助他们改善生活，从而提高生活品质并且获得更加良好的教育，所以他们相对普通人能够活得更长。

（下下摘自《百科知识》2013年第5期　图/小黑孩）

 好人每一次的退让，都是在降低恶人作恶的成本；每一次的沉默，都是在扩大谎言的范畴；每一次的冷漠，都是在增加行恶的机会；每一次的默许，都是在助长暴力的发生；恶有多大，沉默就有多可怕。——主持人芮成钢

不要取悦所有人

□李良旭



上大二时，好友许文邀请我和他一起创业。他在学校大门口租了间门面，专售文具。

我忐忑不安地问道：“如果老师说我们不务正业，怎么办？”

许文见状，只好自己单干。没想到，这个文具店开起来后，生意颇好。

到了大四时，许文已开了三家分店，不仅没有人说闲话，老师还表扬他，他成了大家学习的楷模。

工作后，有一个亲戚邀我到他公司工作，他现在缺人手。

我忐忑不安地说道：“我是你亲戚，别人肯定会在背后说闲话。”

亲戚见状，只好另请别人。

没想到，亲戚邀请的那个人，不仅没人说闲话，大家反而十分羡慕他。几年后，公司经营得红红火火，规模不断扩大。当初亲戚邀请的那个人，已成为分公司的经理。

同事小王和我是好朋友，他邀请我利用业余时间去听外语讲座，他说掌握好一门外语，将来也许用得着。我忐忑不安地问道：“同事要是知道了，会不会说我们好高骛远？”

最后，小王一个人去学习了。

一次，一个外商到公司洽谈生意，公司里的翻译正好不在。小王流利的外语让外商大为赞赏，洽谈进行得十分顺利。事后，公司老总大为惊喜，将小王连升了几级。

生活中，我总是担心别人的眼光，处处谨小慎微，结果一事无成。

在一次新片发布会上，有记者请美国著名导演比尔·寇斯比谈谈成功的秘诀，却听比尔·寇斯比说道：“我不知道成功的秘诀，不过我可以确定失败的教训，就是不要取悦所有的人。”

（**陌上花开**摘自《新故事》 图/**张建辉**）



好人生都是睡出来的

能享受好睡眠的人，一定也能享受美丽人生。

□曹 丽

人为什么会想睡觉呢？

突然被这样问也许很难回答，但是你若想睡个好觉，就要先了解睡眠是怎么一回事。

人之所以睡觉，是要让活动了一天、早已疲惫的大脑机能和精神机能都得到恢复。

为了让你深刻地体会一下睡眠的重要性，我们可以来做一做“剥夺睡眠实验”。

所谓“剥夺睡眠实验”，就是观察那些不睡觉（被剥夺睡眠）的人和动物，他们的身体究竟会产生怎样的变化。在用小白鼠进行实验时，我们发现，刚开始的几天里，虽然它们对于食物的摄取量增加了，但是之后随着能量的消耗增大，它们的体重开始下降。2～4周之后，它们会出现全身衰弱、体温下降等症状，最后死去。

那么，人类又会如何呢？

为了确认实验人员完全没有睡觉，科学家们在实验的同时，还一边观察他的脑电波。结果发现：被剥夺睡眠后2～3天，该实验人员便很难保持清醒状态，而且他必须让嘴巴或身体处于持续活动状态，否则就会马上睡死过去。

如果他的睡眠继续被剥夺的话，会出现名为“微小睡眠”的短时间打盹。虽然他依然睁着眼睛，但是会在很短的几秒钟时间里睡过去，这一点本人是无法察觉的。

除此之外，他还会出现“注意力不集中”“认知能力低下”“误认和错觉”以及“焦躁”等精神机能的变化。

也就是说，长期被剥夺睡眠的话，生物体会产生很大的压力，健康也会受到很大的损害。反过来说就是：睡眠对人类来说是非常重要的。

而且在生物的活动中，大脑起着重要的作用，为了使大脑得到充分休息重新振作起来，睡眠是必不可少的。

虽然对于睡眠，我们还有很多未知的领域，但是目前的研究结果已经表明：睡眠和激素微妙的分泌有很大的关系，对美容和健康也会产生巨大影响。另外，睡眠好的人据说大脑也比较灵活，心态上比较积极上进。

然而，文明虽在一天天进步，我们人类却越来越难拥有“优质睡眠”了。

本来，睡眠机制就是在生物的进化过程中，经过很长的历史时期才逐渐形成的。

比如，鱼类、两栖类、爬行类等在疲倦的时候，只需让身体稍微休息一下，就可以活下去。但是，那些大脑较发达的哺乳类动物不仅仅要让身体休息，还需要让大脑休息，所以最后形成了复杂的睡眠机制。

而这种机制又是根据自然规律产生作用的，也就是说，太阳东升西落这种日夜交替的自然现象会影响人的睡眠机制。

但是，在人类发明照明之后，本应该睡觉的晚间也变成了活动时间。

从人造卫星拍摄的地球的照片来看，即使是晚上，大都市也会像圣诞夜的美丽灯饰一样，闪闪发光。而在这些灯光下，是人类24小时无休止的经济活动。

于是，“白天活动、夜晚休息”这种有史以来的自然规律被打破了。以至于如今，睡不好的人越来越多。

另一方面，随着人类文明的高速发展，社会构造和人际关系也变得很复杂。由此衍生出的各种压力蚕食着我们的身心，几乎夺走了我们所有的“优质睡眠”。

俗话说：“能睡觉的孩子长得壮。”但睡觉的作用，不仅仅是带来成长而已。我认为，能享受好睡眠的人，一定也能享受美丽人生。这可一点都不夸张。

（秦可摘自《中外书摘》 图/张晓芳）

 大家讲话都是开门见山，直来直去，谈的都是干货，我认为大家的意见都很好，很多问题给予了我启发。——“两会”期间，习近平赞政协委员发言坦率



快醉吧

大三这年在一家平面设计室实习，老板特抠门。到单位一个星期后，正巧赶上一个项目完成，老板要请大伙吃饭喝酒。没喝几杯，大伙全都醉了，趴在桌上。只剩我和老板双目对视，我觉得有点尴尬。突然，身旁一同事戳了戳我的腰，轻声提醒我："快醉吧，不然该你结账了……"

猫爱主人

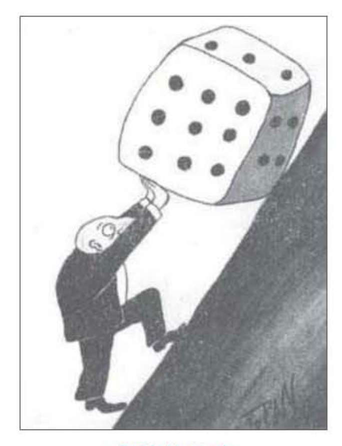
同学去实习，把猫甩我这了，晚上上网，猫咪跳上桌子，开始舔我。先是手，然后胳膊，然后是脸。我边装着躲它边暗爽，舔了足足有10多分钟啊，这是有多喜欢我啊，然后百度了下，说猫总是舔人是嫌主人脏……

伤不起的胖子

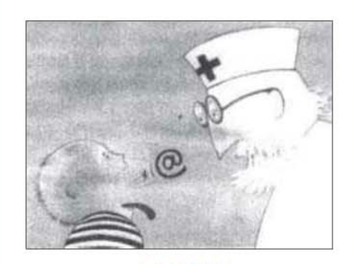
胖子伤不起的穿衣理由：穿红色，穿上就跟西红柿似的；穿绿色，穿上就跟西瓜似的；穿黄色，穿上跟柚子似的；穿白色，穿上跟卷心菜似的；穿黑色，穿上跟狗熊似的；穿米色，穿上跟土豆似的；就算啥也不穿，也跟一大肉包子似的。

严肃的问题

我有个严肃的问题向大家请教：我女朋友最近在欺骗我，她总是晚上和别人出去，很晚才坐出租回来，又不开到门口。我偷看过她的手机，结果她大发雷霆。有一天晚上她出门，我骑着摩托车藏在街边拐角等着看谁来接她。结果我发现摩托车漏油，请问下，这车我刚买了一年，这个漏油问题保修吗？



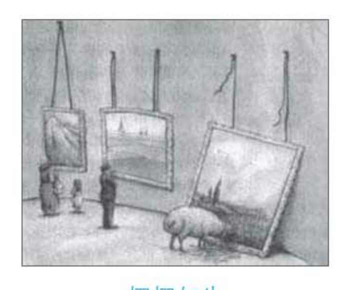
危险的行为



症结所在



一往情深



栩栩如生

人外有人

大汉被高手打败，高手说："我是练跆拳道的。"

高手被大侠打败，大侠说："我是练截拳道的。"

大侠被大妈打败，大妈说："我是挤公交的。"

随机发货

有个妹子发了条微博："爸爸妈妈，如果我暂时嫁不出去，你们先别急，估计上帝是随机发货的，我那口子就是运气背了点儿，被排靠后了……"

一个小时后，她登录微博，发现收到了上百条私信："亲，可以货到付款吗？""亲，七天无理由退货。"

点名

新生刚开课，老师记不住人名，现场编出各种代号。有一天上课，老师想点一同学回答问题，大声点名："冰露！冰露你来说一下！"班上没人叫冰露，没人应声。该老师解释："我是说第N排第N个桌子上摆着冰露矿泉水的女生，对，就是你，来答一下！"全班沉默一下，个别喝王老吉的同学默默地把饮料收了起来……



老爸的性教育

□刘轩

老爸说他小时候没受过性教育。爷爷在老爸九岁的时候就去世了，老爸是独子，跟着奶奶长大。奶奶是很保守的人，一直到今天，只要电视上出现太亲昵的画面，奶奶就会走开，所以老爸更不可能从奶奶那儿得到性教育。

"即使有，也是错的！"老爸对我说，"小时候，我问你奶奶，女生为什么没有小鸡鸡？你奶奶说女人本来是有的，因为得罪了秦始皇，统统被割掉，从此就成了女人！"

一直到很大，老爸都认为女人是秦始皇造成的。他很痛恨秦始皇，不但焚书坑儒，还割女人的小鸡鸡！

大概就因为老爸没有人可以问，所以性教育都是"自修"的。他看过很多这类的书，理论一大堆，无处发表，就都发表到我身上来了。

老爸常说："当然食色性也！不食无以维持生命，不色无以延续生命。任何生物，缺了其中一项，就难以在这个世上存在！"

所以，他不避讳谈"性"，奶奶听到了，常骂他不像老子。老爸则回道："我不想学你，把什么事都推给秦始皇！"

才进高中，老爸就要为我在卧室门里装锁。"有什么见不得人的事？"奶奶首先反对，"而且每次我们看他关着门，一定先敲门，才进去！""恐怕不是先敲门，才进去，而是一边敲，一面已经把门推开了！"老爸说，"他大了，有他的隐私权，所以应该装锁，即使是个钩子都好！"

小时候，老爸进我房间，还会东翻翻、西看看，但从高中起，屋子再乱，他也不碰任何东西。他对我说，我可以放心地写日记，他绝不偷看。不必因为怕家人偷看而不写日记，或写假日记。我如果不放心，也可以为抽屉装把锁。

有一次我在门后挂了女明星的泳装海报，他不但没骂，还猛看、猛点头。可惜接着被老妈发现，尖叫着要我扯下来，换成横贯公路的风景日历，老爸每次站在风景日历前都猛笑，然后偷偷对我说，他像我这个年岁，已经喜欢买杂志，因为上面有美女照片。

自从艾滋病猖獗，老爸更是有意无意地强调防护措施："这年头，能穿袜子洗脚，已经不错了！只怕有一天，得穿鞋子洗脚！所以，袜子一定要穿！买不起，老爸出钱！"奶奶听到，又骂他不像老子。"你知道吗？"老爸对奶奶说，"纽约市警局一方面抓毒品，一方面又去毒虫出没的地区发放注射针筒，免得毒虫买不起，几个人共用一支针筒，造成艾滋病的感染。监狱里也发给犯人保险套，避免感染艾滋！"

防止行为的发生，是积极的做法。防止发生时造成更大的悲剧，是消极的做法。积极做不到百分之百，剩下的就靠消极！这也是老爸的理论根据。

我上大学之后，老爸的这套理论，就更扩大了。他常对我说："如果你交了亲密的女朋友，晚上千万别上中央公园那种鬼地方幽会。也不要因为忍不住，身上又没什么钱，而找那种下三烂的小旅馆，里面贩毒的、卖淫的、染病的、抢劫的，什么都有。"最后他强调，"如果你实在没地方约会，就带回家。你在你的房间，没人会去。你成年了，不需要我们再为你盖被！"

（凌新摘自《广州日报》2013年1月28日 图/迟兴成）

真正的爱情

□林培文

室友在写作业，电脑上正与他视频的是他异地的女朋友。两个人静静无言，埋头做功课，偶尔抬头看看对方，然后埋头继续学习——这才是爱情。爱情不是两个人一起逛街，一起吃饭，甜言蜜语，朝夕缠绵，甚至不是紧握双手。而是为了对方，成为更出色的人。

（映依摘自新浪微博）

 其实老百姓很朴实，他们不想向有关部门追责，更不想别人下不来台，他们只想讨回自己辛勤劳作一年的"辛苦钱"，因为他们看到外国人的自行车、垃圾堆里的护照都能找回来，所以相信血汗钱不会血本无归。——新华社记者周劼人

别把有趣不当实力

□吴晓冰

2013年，对人最高规格的赞美不是你有钱有才，而是，你真有趣。有趣，正在作为一种软实力，在生活与工作中发挥着隐形的力量。

公司要裁员。在A和B之间最后我选择了留下A。这让很多人无比吃惊，论业务能力及业绩，B在A之上。可是，“民间”调研的结果，大家觉得如果注定要有一个人离开的话，他们希望留下的是Helen——她是个特别懂生活的人，大家桌子上的那些小盆栽都是她亲手培植送给大家的。每日短短半个小时的下午茶时间是她提议的。半个小时，大家不仅仅是喝咖啡，还有Helen精心准备的各种段子，实在没有段子时，她就跟大家讲历史、养生等，总之，你永远不必担心她没有话题，重要的是她讲什么都眉飞色舞，说什么都让你觉得有趣。每年年会上最精彩的小品一定是她自编自导的，在本公司的受欢迎程度一点儿不比全国人民对赵本山的期待少。她也是这个城市的消费地图，是大家最方便快捷的“百度”。恰如副总对我说的那样，Jerry的业务能力与业绩固然重要，但从长远来看，Helen为公司带来的凝聚力和对企业文化的建设更不可或缺。Helen对我说：“如果不是很有能力，我只能争取很有趣。”我对她说的是：“有趣也是一种能力。”

美国人不仅把幽默看做一种可爱的性格，更将其视为一种可贵的品质。罗斯福在当选美国总统之前家里被窃，朋友写信安慰他，罗斯福回信说：“谢谢你的来信。我现在心中很平静，因为：第一，窃贼只偷走了我的财物，并没有伤害我的生命。第二，窃贼只偷走我的一部分东西而非全部。第三，最值得庆幸的是：做贼的人是他而不是我。”这样的幽默着实令人钦佩，它折射的是一个人举重若轻的良好心态，这样的心态意味着更大的担当。



有研究显示，现代人开怀大笑的时间是三十年前的三分之一，人们在对名利的追逐中缺失了许许多多的快乐。对健康生活的需求，令幽默感拥有了前所未有的巨大市场。

如何做一个有趣的人？不是会讲一个段子那么简单，当然，如果能备几个经典的小笑话来“抢救”压抑的气氛那也是必要的。真正的有趣，常常是历经并过滤了人生的诸多不美好，呈现给自己与别人一个由内而外的微笑和一份化腐朽为神奇的幽默。

冯巩的妈妈是著名的大家闺秀，家道殷实，她说：留万贯家产，不如让他拥有幽默感。作为母亲，饱经沧桑磨砺，她深知幸福其实很简单，而简单即幸福。老人家所说的幽默其实就是有趣，她教导儿子有趣背后是对生活有心。

人生难免“摔跤”，“有心人”也不能免，不同的是对待“摔跤”的态度。一位获得奥斯卡奖的女演员在上台领奖时被长裙绊了脚摔倒，面对全球直播的摄像机镜头，她说：“为了走到这个位置实现我的梦想，我这一路走得艰辛、坎坷，付出了很多代价，包括有时跌跌撞撞。”她的话赢得了全场热烈的掌声，更“直播”了幽默感化危机为神奇的巨大威力。

芮成钢说在他接触的高端人群中，人们对一个人的最高评价是：“这个人有趣，很有意思。”后来在耶鲁读书，我也注意到，这是一个在美国知识阶层很认同的标准说法，反过来，批评一个人最狠的话莫过于说“他是一个无趣的人”。那些有趣的人，多了一份勇气、智慧和深刻。

事实上，有趣被很多人视为有钱有闲后的附属品，其实它是零成本、零门槛的。成为一个有趣的人，你将发现更多的乐趣，拥有更多的幸福——因为你开始关注与名利无关的生活智慧。

（小美摘自《八小时以外》
图/小黑孩）

走向远方，第一次目送你的背影

□姜新桐

妈妈：

多少个日出日落，你陪伴在我的身边。如今，时光从我们的手心中悄然溜去、渐行渐远后，徒留下记忆与时光相伴飞逝的痕迹。

时间如白驹过隙，我禁不住叹息起来。再过几日，我便来到这世上十二年了。回忆如飘飞的花瓣，沾着泪珠与笑容，飘过脑海，飘至眼前。我拾几枚花瓣，哪一枚上没有铭刻着你的一颦一笑？没有铭刻着你的笑谈、恼怒？可如今，在秋风的怂恿下，我与你竟然身处异地了。

世间有几个母亲能陪伴子女走完漫漫人生路？恐怕只有那些白发人送黑发人的凄苦老媪吧！

已近黄昏。不知新疆的那只金乌是否仍孜孜不倦地照耀着你所在的那片土地？

自从那日你离去的背影逐渐模糊、消失后，偌大的房屋似乎在无限地扩大着，仅仅因为你的离开。

按理说，我不应如此贪恋，贪恋妈妈的怀抱，可自从你离开后，我的背后空荡荡的，如今我才恍然大悟，原来是因为没了那座支撑我的大山。

当你那天下午笑着向我挥手告别时，我竟因为赌气没有看你便径自跑回房间里去了。不知你看见我转身后脸上的表情，我却清楚地明白，你的心一定在淌血吧？可你知道吗？当你垂着头走下冰凉的大理石阶梯时，我正一言不发地躲在房门的“猫眼”中目送着你。你走出楼房后，我又俯在透明的落地窗前对着你的背影倾诉衷肠。当我终于有勇气叫出你的名字时，你好似听到了，抬头来寻，却未寻到我热切的目光。你低下脑袋时，我竟从你的脸上觅出了一丝忧伤与自嘲。这是我那坚强的、严肃的、记忆中所熟悉的母亲吗？

没了大山的阻拦，泪水如同江河，怒吼、咆哮着奔来。大堤被辛酸与懊悔冲垮，水与泪便泛滥了，没完没了地洗刷着我的面庞。

你的心一定冰凉吧，妈妈？

这是我第一次，第一次目送你的背影走向远方。那一刻，我不再确定你是否会原谅我的不懂事。

原谅我的无礼，原谅我好吗？我亲爱的妈妈。

我开始逐渐恐惧“生日”这个词语，没了亲人朋友的陪伴，只是被一堆小山似的礼物包围着，只是独自坐在明亮的灯光下，只是自己对着即将熄灭的红烛许愿，只是一个人品尝着本应甜美的蛋糕……这样的生日，我宁愿不要！那样伤心，那样寂寞，那样苦涩……

我不敢给你打电话，妈妈。但我希望在我生日的那个夜晚，我能听见熟悉的铃声响起，响彻我的整个心房！

妈妈，在我生日时给我一个再平凡不过的祝福吧，我渴望着哪怕只是简单的四个字。

我不知道。我不知道这页白纸是否在你手中，妈妈。也许我将这份热切与思念用胶水封上口，并粘上一枚小小的邮票，投入了邮箱的大嘴中，那尚存的温热是我心的温度。又或许我并未有那种勇气将它送出，只有将它投入废纸篓中，与众多失败的思念揉成一团大大的“心”。

无论如何，我一定要将它传达。

第一次目送你的背影走向远方，如若时光回溯，你能否对我回眸一笑？

黎明咬破夜的唇，当第一抹猩红浮上时，我的笔尖也停止了。

（本文由四川成都双流中学实验学校春芽文学社提供　图/周弘）

文学社简介

春芽枝头俏，百花满园香
——四川成都双流中学实验学校春芽文学社简介

成都双流中学实验学校春芽文学社作为中国当代文学研究会校园文学委员会理事单位，长期坚持开展诗会、讲座、沙龙、笔会、采风、现场作文大赛等活动，是成都乃至四川青少年文学团体中的奇葩。先后荣获中语会“全国第二届中学优秀校刊校报一等奖”“全国校园文学优秀文学社团奖”“全国百强文学社”“全国示范文学社”等荣誉称号。

创社10年，会员发表及获奖的文章达两千余篇，推出社刊《春芽》24期，《春芽文学报》88期。





春芽文学社徽标

美国名校目前最流行的专业

□佚名

我们常说，应该选择自己最喜欢也最有自信的专业，同时必须考虑未来经济发展与深造就业的前景。普林斯顿评论前不久公布的美国大学本科最流行专业前十位的名单可以从侧面给考生和家长一些参考。

这个前十名的排列顺序是：

1.工商管理和商贸

该专业为学生在会计学、金融学、市场学、经济学、统计学和人力资源管理等方面打下坚实的理论基础，并系统了解掌握一个机构运作的机制。



2.心理学

该专业是研究为什么特定人群对周围环境有特定反应的一门科学，实质上是专门研究人类大脑的生物学。主要解决人类行为方面出现的问题。

3.护理学

护理专业培养的是通过掌握迅速发展的医疗技术，对患者进行评估、诊断和治疗的医务工作者。该专业要求学生在第一年里，学习传统的科学和文理学科的基础课程，这个行业不但需求大，而且收入高。

4.生物学

生物学研究领域几乎包含整个世界，从人类、植物、动物到它们的生存环境，小到细胞大到整个生态体系，生物学专业的毕业生未来职业可以是入读医学院进一步深造。

5.教育学

教育是当今发达国家公认的竞争获胜的唯一法宝。因此教育学专业传授的知识和技能将使学生成为一名未来有效和有号召力的教育工作者。

6.英语语言和文学专业

该专业注重文学、语言和写作训练，通过学习小说、诗歌、非小说类的历史和现代语言文学作品，来探讨人类文明的进程与发展。该专业为学生将来继续深造学习法律、新闻、出版或其他相关领域学科，打下坚实的基础。

7.经济学

经济学范畴很广，研究领域涉及个人、工商业、政府乃至整个社会如何合理分配资源的问题。无疑该专业需要考生具备很强的评判性思维和数学根基。

8.传播学与语言交流及修辞学

传播类专业要求学生花费相当多时间和精力研究和尝试各种表达方式和策略，以展示演讲者或作者的意图。掌握未来从事商贸、推广、人力资源、公共关系、政府、教育、媒体与社会服务等领域的职业所必要的基本技巧和能力。

9.政治学和政府

该专业重点训练学生对当前事务的判断和统计分析能力，核心就是研究政府的政治学，而美国名校当然注重美国政府的政治学、公共政策、外交事务、政治哲学以及比较政府学。

10.电脑和资讯科学

该学科不仅学习电脑的硬件和软件，还需掌握电脑技术在现代社会中的广泛应用，范围从机器人、语言识别系统、人工智慧、程式语言、数位分析到游戏技术等许多方面。该学科已经通过解决一切可以解决的问题，而融合到产业和社会的所有方面，就业范围极其广阔。

（邓芸摘自《加拿大都市报》 图/陈明贵）

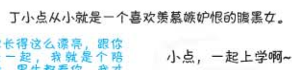
Theme cartoon 漫风尚

感谢负能量

感谢负能量

□编绘：丁一晨

丁小点从小就是一个喜欢羡慕嫉妒恨的腹黑女。



小学时班上有个女生，学习又好又漂亮，家里还有钱，是班里好多男生的梦中情人。



每当我写不完作业犯困想玩的时候……



一想起她，各种黑暗能量立刻爆发~~~





所以大多时候，支撑我动力的不是什么正能量……



而是……一股黑暗的负能量……



以前经常看些正能量的文章，读完后雄心勃起，激发浑身斗志，对生活又充满希望。



可不一会儿，便像泄气的气球，毫无斗志动力，那些正能量励志贴顶多让我意淫一下未来。



你羡慕身边人的成功，内心极大的失落感激发你无限动力去改变平庸。

你男朋友把你甩了，跟个美女跑了。自尊心受挫的你发誓要减肥瘦身变美改头换面。



你因分数太低被同学取笑大受刺激，下决心努力学习证明给他们看。



有时就是这么奇怪，支撑我们奋进成长的，往往是悲伤、打击、被欺骗、被嫌弃这些负能量。



如果你现在负能量爆棚，千万不要破罐子破摔！



每一次从负能量中逃脱奋起，每一次的绝处逢生，每一次的大逆袭，每一次的突破自己，带给我们的都是无以名状的快感。



当别人仰仗你万丈光芒时，早年你不甘平庸冲破负能量包围，并没有选择绝望沉沦，其中所忍受的痛苦、辛酸，又有谁能体会得到？



当你终于有一天，华丽地从他面前走过，留下他深深悔恨的背影，个中滋味，谁能体会？



感谢平庸让我们不甘现状，感谢欺骗，感谢伤害，让我们在绝望与痛苦中蜕变。



感谢那些负能量的冲击，令我在痛苦绝望中成长，因为，成长，就是痛苦的，不是吗？



面对『妈宝』男孩，我们应该怎么办

『男孩危机』真的来了吗？是什么让男孩越来越软弱？顶天立地的男子汉形象岌岌可危？



刘志军（资深媒体人）

温室里的豆芽怎么长成参天大树

我觉得现在男孩的表现越来越软弱，不是男孩的问题，而是在我们社会、学校和家长这三方面存在问题，也就是说我们现在没有把男孩当男孩养，我们把男孩当比女孩还女孩来养，为什么？男孩太宝贝了，一旦生了男孩，除了父母的教育权利，我们往往不能够剥夺的还有爷爷的教育权利，奶奶的教育权利，姥姥、姥爷的教育权利，而在他们的教育权利里面，似乎都只行使了一个权利——不是教育而是溺爱的权利。这种权利之下培养出来的男孩，必然的结果，就是他是温室里的豆芽，不可能长成参天大树。

其实在教育这个过程当中，我们是在和上一代甚至上两代老人进行一种抗争、一种矛盾的制衡，有可能我们年轻的家长，很想让孩子去放纵一次、自由地玩一次，但是姥姥不放心、奶奶不答应，这个时候呢，我们确实会非常纠结。

刘燕（济南第十四中学小学部副校长）

张扬个性的机会应该给男孩提供更多

“男孩危机”更多应该是教育的观念、教育环境以及教育的方法等环节出了些问题，造成了我们原本有优势的男孩，现在陷入了一种危机。我觉得解决问题，最根本的就是要改变这些。作为学校教育来说，我们也觉得应该给男孩提供更多的能够张扬他们个性的机会，就是要形成能够培养男孩子更具有男性特质的教育的氛围和方式，能够给男孩创造一个适合他发展的大环境。我觉得我们的男孩子，将来一定会成为顶天立地的男子汉。

张红静（山东省中山心理治疗与咨询研究中心）

男性和女性性格优点兼具者更容易取得优势

男孩是不是培养得越男孩越好，或者女孩越女孩越好呢？如果我们的男孩，都特别强调他的空间思维能力，那我就只让他发展这个；而女孩的语言能力特别强，我就只让她学习语言的学科。这样下去，我们孩子肯定就会偏科，性格也是这样。在现代社会里，兼具男性和女性性格优点的个体在激烈竞争中越容易取得优势，越容易取得成功。

李华娟（山东省中山心理治疗与咨询研究中心）

采取竞赛的方式激发男孩感觉和责任

在学习上，女生相对来说比较文静，能够坐得住，而男孩子呢，天生比较活泼好动，你想让他们坐得住，确实不是一件容易的事情。如何来激发他们呢？我在课堂上通常采取的是一些竞赛的方式。因为男生比较喜欢这种有竞争性的学习方式，一提到分男女生来个比赛，或者分小组来个比赛，男生往往表现得要比女生踊跃得多，他们更乐于来表现自己。

有意识地去培养和锻炼他们，甚至刻意地安排一些事情给他们去做，从而强化他们的男子汉感觉和责任，这样有更多的机会提供给他们成长。

译梵（著名节目主持人）

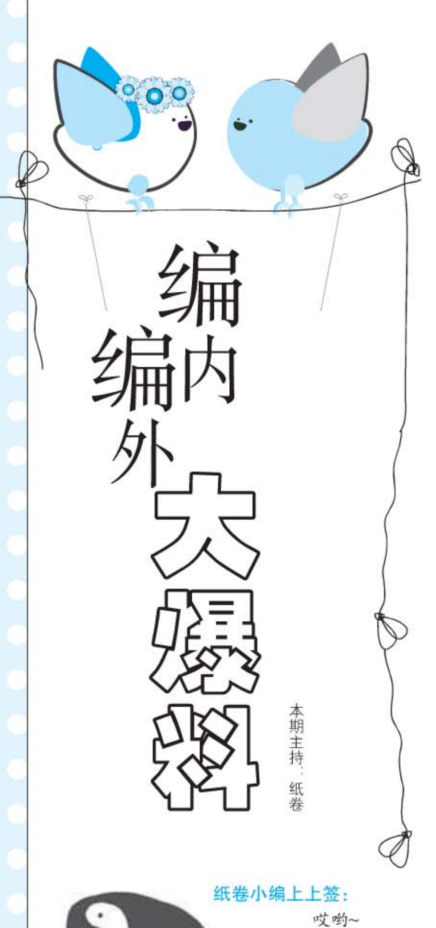
关注生活细节，减少各种各样的约束

为什么现在男孩达不到我们满意的那种程度？我们能把所有的罪责都归结在男孩的身上吗？为什么不说家长怎么了，教育怎么了，却要说男孩怎么了呢？

平时对孩子的各种各样的约束、过于重视的这种程度，如果减弱、减少一点的话，我们的男孩是不是能够更加出色呢？刚才我还看到一个细节，就在我进山东教育电视台、走楼梯上演播室的时候，我们很多家长都牵着孩子的手，上楼梯的时候几乎是把孩子抱上来的——不管男孩还是女孩，好像一定要把他们抱上来才可以、才安全。这种生活里的小细节，对我们认识“男孩危机”具有帮助和警示意义。

（《欢乐家长会：男孩、男孩怎么了？》山东教育卫视频道2月27日19：35首播）

（图/大卫卡森）



纸卷小编上上签：
哎哟~
哎哟~
哎哟~~
中午吃什么呢？

意见领袖来了

151****8321：《意林》好强大哇！我们中考导向卷考到的一篇文章出自《意林》诶！膜拜……

编辑回复：哎呀，最近好多读者发短信打电话QQ留言说《意林》命中当地语文考试试题，小编自己不得不在心中默默傲娇下。小小声告诉你，人民网曾发文说统计近五年的全国各省市高考作文命题，以及各地的中考语文试题，发现"意林体"在整个中高考阅读理解和作文命题范围中占有28%的高比例。唉，让小编感叹下，为毛小编高考的时候，没有"意林体"！（呃，小编是不是把年龄暴露了。）

182****2008：小编啊，我觉得有很多意粉对各位编编都不了解（就像我），要我们怎么投票？不如各位编编在《意林》上介绍下自己，您说对不？

编辑回复：你的想法跟我们不谋而合，要不怎么说读者是我们的知心人呐。从2013年第9期开始，本栏目的右下，不，是左下，专门留出版面来，让编编们"每期一签"，并且有"靓照"哦。第一个出镜的是我们的清新无敌美少女"暴躁杨"（好像哪里不对）。接下来编编们将会依次出场。特别声明：出场顺序不以"靓帅"程度为标准。

147****1147：亲爱的编辑们，我找到了一个看"我与名家共写作"更过瘾的方法啦！就是买到《意林》后不去看"我与名家共写作"把每期都存起来，我准备高考结束后再去看，怎么样？很过瘾，方法不错吧！

编辑回复：亲，你的方法让我们全体编辑都大呼过瘾，非常感动。还有更过瘾的方式，要不要听？那就是年底我们会出版名家共写作正版后续（原作者亲自续写）的合集，到时候高考也结束了，捧着它一次性看过瘾吧！

136****8670：《意林》我要投诉你，你个大坏蛋。害我天天都想你，食不知味的；害我天天都睡眠不足，被老师训；害我天天都看着你，考了全年级第一的好成绩。讨厌，讨厌。

某编辑匿名傲娇回复：讨厌！你才是大坏蛋！讨厌死啦！你调戏伦家！

编辑回复：我们是不是可以把宣传语换成：读《意林》，拿第一！？欢迎你和我们的读者一起分享学习经验哦。

152****3889：《意林》是我的精神救济药，我坚信。每次总是能在《意林》上得到正能量。我也喜欢当看到某一篇触动我心的文章时把它撕下来送给朋友。希望《意林》能够多多出些励志的文章。

编辑回复：您的短信真让我们感动，谢谢您的分享。《意林》以励志立刊，励志、温暖、启迪、提升是我们选取文章的标准。希望《意林》给您带来更多的正能量。

136****9148：阅读《意林》已经一年多了，《意林》中的每个故事都引人深思，值得我去品味，只是，可不可以再添加一个好书推荐的栏目呢？

编辑回复：这是个好提议哦，小编会向上级报告你滴建议。对了，目前《意林·公务精英版》与《意林·原创版》均有好书推荐的栏目，还有精彩书摘，是小编们精心推荐，可以关注一下哦。

感谢读者朋友们的热情短信，因版面有限，不能一一回复，敬请谅解。

爆料总嫌不够

年龄歧视

□康　宁

写了一则关于小白编编的爆料，乐呵呵地交给他看。没想到他看了，连声质疑："为啥你称别人都是黄编、磊编，志娟编编，我偏偏是小白，不就是比我大吗，你这是赤裸裸的年龄歧视，我抗议！"

康编无语，只好给他改成了"白编"。恰逢主编进来，宣布白编刚才费劲编辑的一篇稿子被撤。

康编乐呵呵地说："哼，不让你叫白编，你偏叫。这回真白编了吧。要不，我管你叫峰编，疯编怎么样？"

小白："别，你还是叫小白吧。"

拆字

□熊　少

熊编初到意林，路上遇到另一部门的同事，询问对方姓名，对方操着南方口音，语速很快，说了半天，熊编都没听明白，最后那哥们急了，说："王麻子的'麻'拆开！"熊编顿时醒悟，说："你叫王床木？这名字挺少见。"那哥们顿时就无语了："有你这么拆字的吗？"原来他叫王广林。

神回复

□表　妹

我们第一期《意林·公务精英版》出刊后，众编皆泣，想想从去年4月份开始策划到如今成书，不禁感慨万千，磊编更是捧着杂志声泪俱下："我们的孩子终于出生了，都说怀胎十月，公务精英却怀了整整12个月，难怪这么'壮硕'。"

这时候，角落里的卷编默默来了一句："别矫情了，以后每个月都得生一个。"

（更多编编爆料，请见《意林·原创版》和《意林·公务精英版》）

 所谓内心的旅程就是要找到自己的满足感，这是谁也无法从你身上带走的东西。
The inward journey is about finding your own fullness, something that no one else can take away.



《意林》问答漂流瓶

参与方法

1.建议和意见：请直接发送短信至13717688046（每条资费0.1元）或登录新浪、腾讯微博@意林杂志，做真正的意林“意见领袖”。

2.为文章（封面）投票：请直接编辑短信“期号+文章标题（封面）+评价+您的姓名、地址”发送至13717688046。

3.网上参与：登录《意林》官方网站http：//www.yilin.net.cn；或《意林》论坛http：//bbs.yilin.net.cn；或《意林》新浪博客http：//blog.sina.com.cn/yilinzazhi；或在百度“意林吧”留言评论。

把你所有的疑惑装进漂流瓶，扔向《意林》吧！你天马行空的问题，会遇到什么古灵精怪的回答？这里有神秘嘉宾回答你的问题。茫茫人海，我等你来。

180****8796：嗨，编编你好！我是一名高三的学生，这些天成绩出来了，没有达到自己的目标，相反下降了很多，可是我真的付出了很多，这两天情绪很不稳定，感觉对自己很失望也不想学习，我该怎么办呢？要怎样才能让自己振作起来呢？

编辑回复：一次的失败能说明什么呢？如果一次失败就让你失去了自信，那我只能说，你还真是脆弱呀！小编觉得，失败真的很正常。人生不可能处处完美，偶尔的失败（失误）还可以让你总结原因，更好地面对未来。面对失败，情绪不稳定也很正常，不过不要让这种情绪持续太长时间。所以，稳定好情绪，集中精力劳逸结合，备战高考。要对自己有信心。加油！

159****7100：前不久，我一异性朋友问我是否喜欢她，我没有正面回答她，她半夜十二点给我发短信说她正在四楼阳台上吹风，问我要不要去看看。我该如何？

编辑回复：你，你，你，你到底去不去呀？你要是不去把姑娘的电话给我，我们的小白编辑还单着呢！

135****0174：我们上了不同的学校。他在重点学校，而我在普通学校，我们一开始互相鼓励，后来，因为一些事情我们就闹矛盾了。后来我们分手了，可是我很爱他，但是他说让我忘了他。我很痛苦，因为我还爱他，现在我每天都很难过，忘不了他，也无心学习。我现在很痛苦。我该怎么办？

编辑回复：有句话不知是谁说的：他失去的是一个爱他的人，你失去的是一个不爱你的人，他的损失比你的大，难过的应该是他呀。当然，这种话对于你来说可能只是扯淡，但是，每天都很难过他就可以回到你的身边吗？如果难过有用的话，那天下哪还有那么多痴男怨女？忘掉一段情大概是不可能的，那不如把这段过往藏在最不重要的位置。抬起头来，前面一片森林，枝繁叶茂。你又何必在一棵树上吊死呢？

158****6905：您好！我是一个打工妹，虽然极力去争取成就，但现在的处境让我觉得自己的抱负很难实现，我正在追寻，能让自己尽快走出这种没有方向的生活，您有什么好的建议给我吗？

编辑回复：您的问题大概是一个普世问题，不管打工者还是企业家，每个人的处境都不可能顺心遂意，小编更不敢说建议，就像您说的，最重要的大概是给自己一个方向，定一个目标，大方向小目标，去做去思考，做好每一件事每一件小事，积跬步，至千里。大家一起共勉。

世界名校大“淘课”

淘来的大“淘课”

□表　妹

这天轮到小编值班，接到一个读者的电话，点名要买《世界名校大“淘课”》，却到处缺货，求而不得。小编赶紧给他“指出明路”：去我们意林的淘宝商城专营店吧，网购又快又方便，还附赠我们其他刊的精美杂志。

只听见电话那边噼里啪啦一顿敲键盘的声音，然后惊呼：“啊，找到了。”小编甚感欣慰，忙说：“记得要给好评哦！”此时，小编分明听到那头嘟嘟囔囔来了一句：“难道是因为只能在淘宝上买，所以叫大‘淘’课。”

我只能说：这位亲，有见地！

卡蒂芬，我爱你

□［爱尔兰］加里夫 编译/谢素军

我告诉妻子卡蒂芬，时装店的事我坚决反对，否则，只有离婚。

之所以这么坚决，是因为我非常清楚，在贝尔法斯特开时装店，如果不花大笔资金在广告上，根本就无人问津，而现实是，我和卡蒂芬的工资根本就入不敷出。

有时候真的很难想象，为什么当初温顺的妻子如今变得如此不讲道理，不经我同意，已然在临街租了门面，还大张旗鼓摆出自己设计的服装款式，我忍无可忍，和妻子大吵一架后，便自顾自地回家看电视，心里想，等这婆娘赔光了，我一定不会给她什么好脸色，当然，离婚这种话也仅仅是说说，打心里讲，我还是舍不得。

然而，我上当了，在时装店门口，我亲耳听到一个戴墨镜的青年说，卡蒂芬，你就等着接受我的告白吧！我一定会让所有人知道我爱你。然后妻子兴奋地点头，还在那青年额下亲吻了一下。

我怒火中烧，原来是别有用心，我就感到纳闷，妻子是广告专业毕业的，明知没钱打广告必然是死路一条却还乐此不疲，原来她目的并不是开时装店，而是故意与我闹矛盾，然后离婚，然后跟着青年过幸福日子，太卑鄙了，我恨不得马上冲过去教训他们一顿，但转而一想，他们肯定不会承认刚刚的打情骂俏，那样子自己就被动了，我应该静观其变，等抓到把柄了再来一次彻底甩牌，所以，我悄悄离开了时装店。

（欲知详情，请看《世界名校大“淘课”——顶级名校课文大公开》）

意林淘宝商城地址：http：//yllzts.tmall.com/ 意林励志图书专营店

新书预告：精英贵族教育的核心，典雅英语的范本，意林首推中英文双语阅读之《世界名校公开课——英国语文》即将面世，敬请期待！

http://www.yilin.net.cn/

《意林》十周年“超级粉丝征集令”先睹为快



1. 《意林》版权页8连发，1000元大奖任你拿

即日起至2013年6月30日，凡集齐6期（含6期）以上《意林》历年第8期版权页，即可参与抽奖，请把《意林》版权页原件（复印无效）寄给我们，并附上您的真实姓名、详细地址、联系电话，请在信封（快递）上注明：集《意林》中大奖。（联系人：许树平）

2. 《意林》超级收藏家征集令

用相机记录下你和《意林》的收藏情缘，并附上收藏解说，于2013年6月30日前发送到我们的电子邮箱yilinztt@163.com。也可通过微信、微博的方式参与喔！添加“意林杂志”微信ID：yilinzazhi，在回复框内直接回复姓名、联系方式并附上照片即可。或发布微博，加上#意林十周年#话题标签，@意林杂志（新浪）或@yilinmag（腾讯）并附上你所拍的照片。我们会每月选出两幅照片，首发在意林的官方微博上，被选中的照片主人，将获100元稿酬奖励。（联系人：赵添天）

3. 寄语《意林》10周年，奖品天天拿

即日起至2013年6月30日，在纸上、QQ空间日志、说说、相册、腾讯微博、新浪微博、博客、百度贴吧、人人网、视频等任何媒介用“意林”造句，写下你对《意林》10周年的宣言/寄语，或者拍下你与《意林》的合影，发来手稿或者网址或者截图，每月将抽取31位读者，赠送《意林》专属笔记本或《意林》精美图书。电子邮箱：70930202@qq.com（联系人：刘世佳）

4. 读者最喜欢的编辑大评选，让编辑满足你的心愿

即日起至2013年6月30日，编辑手机短信：你最喜欢的编辑姓名+你想对你最喜欢的编辑说的话+一个你想让该编辑完成的心愿发送到13717688046。给《意林》杂志的全体编辑投票，每月将评选出读者最喜爱编辑1名，并抽出投票给这位编辑的3名幸运读者，可以让你们最喜爱的编辑满足你们每人一个愿望（愿望得靠谱哦，可以劳心不能劳财）。（联系人：徐薇）

5. 地标集邮控，带《意林》来个“世界游”吧

即日起至2013年6月30日，快举起你身边的《意林》，和你所在地的著名地标来个最炫合影！以光速发到我们的电子邮箱yilinztt@163.com，也可通过微信、微博的方式参与喔！添加“意林杂志”微信ID：yilinzazhi，在回复框内直接回复姓名、联系方式并附上照片即可。或发布微博，加上#意林十周年#话题标签，@意林杂志（新浪）或@yilinmag（腾讯）并附上你所拍的照片。我们会每月选出两幅照片，首发在意林的官方微博上，被选中的照片主人，将获100元稿酬奖励。（联系人：赵添天）

《意林》编辑部电话：
010-51900481；010-51908630-8858
邮寄地址：北京市朝阳区南磨房路37号华腾北搪商务大厦1501室《意林》编辑部　邮编：100022

▶ 各活动若邮寄的话，请寄给相应联系人 ◀

恭喜你，获奖了！

意林超级收藏家征集令

“Ta陪我大学毕业，Ta帮我调整心态……一次，女友（我妻子）表露借ta的意向，我犹豫了一下下，迄今都被拿出来渲染，也许是没人比我更珍爱ta……我在，ta在。”

吴皇童鞋：意林你所爱，女友亦你所爱，你犹豫的那一小下，感动了我们编辑部一大下！

美羊羊童鞋：你的“笑看意林天下，簇拥《意林》花海”的图片创意诚意全满分，获奖毫无悬念！

带《意林》来个世界游吧

《意林》游啊游，游到了辽宁省丹东市。程黎黎读者，很嗨皮地告知您，您和您即将出世的宝宝一起获奖了！

蔡式莹童鞋，您“从广东汕头市带《意林》游北京”，飞机上的朝阳温暖了《意林》，也温暖了我们！

以上四位获奖童鞋，所有照片将首发《意林》官方微博，火速去围观吧！每人将获一百元奖励，请获奖童鞋速速将有效联系地址发至yilinztt@163.com，其他童鞋，还等什么，快将玉照发来，参与我们的活动，《意林》等的就是你！

意林杂志签名大传递

自从签名传递《意林》活动开展以来，杂志的签名数量是连连攀升，小编们都快数不过来啦！

截至目前，第7期签名传递活动的头两名数量分别为787个、600个。

另一位来自四川成都的读者以438个签名数量暂居第三。不过，这位四川读者，您在快递单上留的地址与姓名的字迹太浅了，小编瞪大眼睛也看不清，望火速联系我们。

也再次提醒各位欲再创新高的童鞋们，也别光顾着数量多，错过了每期的截止时间！

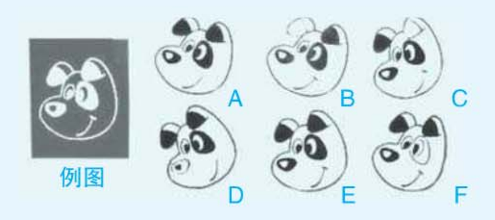
《意林》10周年专刊
——2013年第14期



有巨大巨大巨大惊喜，大家期待期待期待吧！

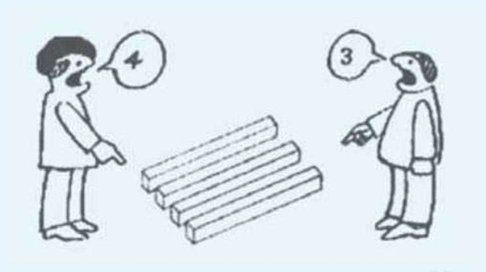
一、寻找小狗

下图中有6只小狗，你能说出哪只小狗的底片是例图的图案吗？注意：在底片上，凡现实中黑色的东西显示成白色，而现实中白色的东西则显示成黑色。



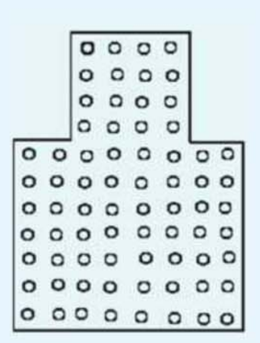
二、到底是几

你觉得是三根还是四根？



三、分铁片

将如图铁片截成6块形状、面积相当的小铁片。

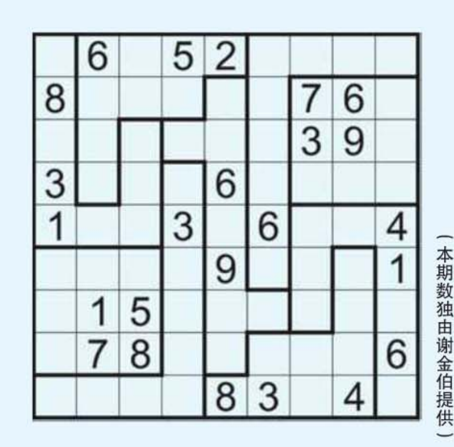


四、趣味数独

金字塔数独：把数字填入空格内，使每行、每列、每宫及四个灰色区域内数字都为1~9。

	1				2			
		9						5
				7	8		6	
			7			5		
2		5				7		9
		7			5			
	9		8	4				
5						3		
			9				2	

不规则数独：把数字填入空格内，使每行、每列及每个不规则粗线宫内数字都为1~9。



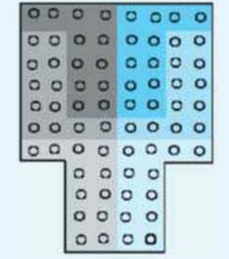
（本期数独由谢金伯提供）

（答案见本期）

一、寻找小狗答案：E，把2加在2的右上角，2的平方。

二、到底是几答案：开放题答案不唯一，从左向右看是四根，从右向左看则是三根。生活的某些事也是如此：角度不同得出的结论也是不同……

三、分铁片答案：开放题，答案不唯一。



四、趣味数独答案：



金字塔数独

8	1	6	5	9	2	4	7	3
7	2	9	4	3	6	1	8	5
4	5	3	1	7	8	9	6	2
1	3	8	7	2	9	5	4	6
2	6	5	3	8	4	7	1	9
9	4	7	6	1	5	2	3	8
3	9	2	8	4	1	6	5	7
5	8	1	2	6	7	3	9	4
6	7	4	9	5	3	8	2	1

不规则数独

4	6	7	5	2	1	8	3	9
8	9	3	1	5	4	7	6	2
7	4	6	2	1	5	3	9	8
3	8	9	7	6	2	4	1	5
1	5	2	3	7	6	9	8	4
6	3	4	8	9	7	5	2	1
9	1	5	6	4	8	2	7	3
2	7	8	4	3	9	1	5	6
5	2	1	9	8	3	6	4	7